

Cómo evitar el desperdicio y cuidar el medio ambiente

Combatir el desperdicio de alimentos y recursos naturales ahorra dinero a los consumidores y beneficia al medio ambiente

El desperdicio de alimentos tiene múltiples caras y perjudica tanto a los bolsillos de los consumidores como al medio ambiente. Un tercio de la producción alimentaria mundial para consumo humano, más de mil millones de toneladas, se pierde o se desecha, con un coste de más de 550.000 millones de euros, según la Organización de Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). La Comisión del Parlamento Europeo calcula que unos 179 kilos de alimentos en buen estado se desperdi-

cian por persona al año y que hasta el 50% de los productos aptos para el consumo que se desechan se convierten en residuos a lo largo de la cadena alimentaria.

Cómo evitarlo

El desperdicio de alimentos esconde graves problemas sociales y ambientales. Una de cada siete personas en el mundo se va a la cama hambrienta y más de 20.000 niños menores de cinco años mueren de hambre cada día, según datos de Naciones Unidas. En la Unión Europea (UE) más de 79 millones de personas viven por debajo del umbral de pobreza y no son capaces de abastecerse de alimentos de manera digna, según datos de la Comisión Europea.

El desperdicio de comida es además de un grave problema ambiental, una de las actividades que más afectan al deterioro de la biodiversidad y del suelo: agotamiento de los recursos naturales, contaminación por el uso de pesticidas y abonos nitrogenados, transporte, empaquetado, producción de residuos y gases de efecto invernadero (GEI), implicados en el cambio climático, etc.

Según Naciones Unidas, la producción global de alimentos requiere un 25% de la superficie habitable, un 70% de consumo de agua, es responsable del 80% de la deforestación y un 30% de las emisiones globales. La FAO ofrece algunos ejemplos esclarecedores. Cada año, los alimentos produ-

cidos sin ser consumidos causan un gasto de agua equivalente al caudal anual del Volga en Rusia y generan en la atmósfera 3.300 millones de toneladas de GEI.

No es de extrañar que el tema elegido para el Día Mundial del Medio Ambiente de este año 2013 fuera "Piensa. Aliméntate. Ahorra", o que la Comisión lo proclamara "Año Europeo contra el Desperdicio de Alimentos". Su objetivo: animar a los consumidores de todo el mundo a reducir su huella alimentaria y a concienciarse del impacto ambiental del derroche y desperdicio de alimentos.

Diversas medidas se pueden llevar a cabo para reducir el desperdicio de alimentos y su impacto en el medio ambiente: mejorar la cadena productiva, apoyar a los productores para que logren una gestión sostenible, no fijar como prioridad la apariencia de los alimentos, reducir los modelos de consumo que incitan al derroche, como los restaurantes de bufé libre, crear canales de cooperación entre comercios y ONG para aprovechar productos, o aumentar la conciencia ambiental. Los consumidores pueden hacer más de lo que creen para evitar o reducir en lo posible este problema. Llevar a la práctica las "siete erres del consumo ecológico", organizar bien las compras o programar el consumo de alimentos para que no se estropeen son algunas pautas sencillas que pueden conseguir grandes resultados.

✚ www.consumer.es



OTROS CONSEJOS CONTRA EL DESPILFARRO

Los alimentos no son el único recurso que se desperdicia: dejar la luz encendida en una habitación sin que haya nadie, tener el grifo abierto y no aprovechar el agua que sale, o ir una única persona en un coche también son acciones perjudiciales para la economía y el medio ambiente. Varios consejos pueden reducir este desperdicio:

- **Ser eficientes con la energía.** Mejorar el aislamiento del edificio, utilizar bombillas de bajo consumo, utilizar contadores inteligentes que informan del consumo, evitar los "vampiros eléctricos" -televisores de plasma, ordenadores, videoconsolas, microondas, cepillos de dientes recargables son los más peligrosos porque son los que más consumen-, tener sistemas de calefacción y climatización de alta eficiencia energética, utilizar páginas web que ayudan gratis a ahorrar energía, etc. Otra idea para reducir el impacto energético es bajar la potencia eléctrica contratada y fijarla según las necesidades reales de cada consumidor. Este concepto fijo ha aumentado su peso en la factura eléctrica, de manera que el consumidor puede deducir que desperdiciar energía ya no es tan preocupante, porque paga lo mismo gaste mucha o poca electricidad.
- **No desperdiciar el agua.** No dejar el grifo abierto mientras se hacen otras cosas, ducharse en vez de bañarse (siempre que no sea superior a cinco minutos), arreglar las fugas y goteos de grifos, instalar sistemas de ahorro y dosificación del caudal, aprovechar el agua de la lluvia, etc.

Un gasto económico y ambiental asociado que puede evitarse es el consumo de agua embotellada. El agua de grifo en España es en general de suficiente calidad, y puede guardarse y consumirse en una botella reutilizable.
- **Consumir lo necesario.** Preguntarse antes de comprar algo si en realidad lo necesitamos, no dejarse influir por modas o publicidades agresivas, comparar productos para elegir la mejor relación precio-calidad, intercambiarlos o buscarlos de segunda mano, reutilizar al máximo lo que tengamos en casa, etc.
- **Viajar de forma sostenible.** Siempre que se pueda, es más barato y ecológico utilizar el transporte público, ir en bicicleta, a pie o hacer un uso combinado de todos ellos. Y si no queda más remedio que utilizar el coche, al menos hacerlo de forma eficiente (puede ahorrarse hasta un 25% en combustible) y compartir vehículo y garaje.

