



¿Qué son los alimentos?

Los alimentos son aquello que los seres vivos comen y beben para su subsistencia. El término procede del latín alimentum y permite nombrar a cada una de las sustancias sólidas o líquidas que nutren a los seres humanos, las plantas o los animales.

Los alimentos sufren una serie de transformaciones y procesamiento, desde el lugar en que se producen hasta llegar al consumidor.

El ciclo de producción de los alimentos consta en general, de las siguientes etapas:

- **Producción:** es la etapa que da origen al producto, ya sea agrícola, ganadero, pesquero, etc.
- **Industrialización:** se refiere a las etapas de procesamiento de los alimentos (no siempre ocurre), incluye la preparación, transformación y envasado del mismo.
- **Comercialización:** incluye las etapas de almacenamiento, distribución, transporte y venta de los productos.
- **Consumo:** la utilización y/o consumo final en los hogares y la disposición final.

¿Qué se entiende por huella alimentaria?

La huella alimentaria se refiere a las pérdidas de alimentos o desperdicios alimenticios, es decir, la disminución cualitativa o cuantitativa de alimentos destinados al consumo humano durante todo el proceso productivo. Esto es, comida producida para ser consumida por el ser humano pero, que por diferentes motivos, se pierde o desperdicia, independientemente de si más tarde es empleada como alimento para animales o como energía.

- La pérdida de alimentos se refiere a productos que se estropean, se pierden o cuya calidad se ve disminuida durante el proceso productivo antes que lleguen al consumidor. Normalmente, tiene lugar durante la producción, almacenamiento, procesamiento o distribución.
- El desperdicio de alimentos se refiere a productos que terminan el proceso productivo con buena calidad y listos para su consumo, pero que aún así nunca llegan a ser consumidos ya que son descartados antes incluso de estropearse. El desecho de alimentos tiene lugar casi siempre, aunque no de forma exclusiva, en la etapa de venta o consumo.

Fuente: <http://www.thinkeatsave.org>

¿Cómo es nuestro desperdicio actual de alimentos?

En la actualidad, se desperdicia un 50% más de comida que en 1970. La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), estima que un tercio de la producción global de alimentos se pierde o es desechada, lo que supone 1,3 miles de millones de toneladas cada año. Los pronósticos de la FAO para el año 2050 indican que, de seguir las tendencias actuales, la producción mundial de alimentos deberá incrementarse en un 70 por ciento.

En general, en un ratio per cápita, los países industrializados desechan mucha más comida que en aquellos en vías de desarrollo.

Las pérdidas de alimentos en países con bajo nivel de ingresos se deben principalmente a limita-



ciones financieras, técnicas y de gestión y a condiciones precarias de almacenamiento y refrigeración, condiciones climáticas, infraestructuras, empaquetado y sistemas de ventas.

Por su parte, en los países con niveles de ingresos medios y altos, la mayor parte de las pérdidas de alimentos se deben a decisiones de los consumidores o malas prácticas por parte de los vendedores, así como la falta de coordinación en la producción. A nivel del consumidor, la falta de planificación a la hora de comprar o la confusión de las fechas de consumo y las de caducidad también provocan grandes pérdidas. Esto se combina además con la actitud de algunos consumidores cuyo nivel económico les hace actuar como si pudiesen permitirse malgastar alimentos.

Fuente: <http://www.fao.org/home/es/>

¿Cuál es la problemática en torno a esta temática?

Más allá de los motivos humanitarios, una de cada siete personas en el mundo se va a la cama hambrienta y más de 20.000 personas se mueren de hambre cada día, el desperdicio de alimentos supone además un gasto considerable de recursos naturales que van desde el suelo, agua, combustibles, biodiversidad, etc., es decir, todos los recursos que se emplearon para la producción de alimentos, fueron en vano cuando se malgastan alimentos. A su vez, la descomposición de alimentos contribuye al efecto invernadero y en consecuencia, al cambio climático.

El sistema de consumo tiene profundas consecuencias en nuestro planeta y producir más alimentos de los que van a consumirse, aumenta la presión sobre nuestros recursos naturales, a continuación algunos ejemplos:

- Más de un 20% de las tierras cultivadas, un 30% de los bosques y un 10% de los pastizales, están en proceso de degradación.
- Un 9% de las fuentes de agua en todo el mundo están siendo usadas, un 70% de estas para agricultura de regadío.
- La agricultura y el cambio en el uso de la tierra como la deforestación contribuyen más de un 30% a las emisiones globales de gas que afectan al efecto invernadero.
- En términos globales, las empresas agroalimentarias acaparan cerca de un 30% de la energía del usuario final.
- El exceso de pesca o una gestión deficiente contribuyen a disminuir los bancos de peces, un 30% de los bancos de peces se consideran sobre explotados.

Otras consecuencias sociales, se relacionan a la salud de la personas, ya que la gran paradoja del hambre en el mundo es que en la actualidad, hay más personas con sobrepeso que con problemas de nutrición. El aumento exagerado de las raciones, la proliferación de empresas de comida rápida y de alimentos listos para ser consumidos, incluyendo refrescos y otras opciones baratas pero poco nutritivas, hacen que uno de los mayores problemas de la actualidad sean enfermedades como la obesidad y la diabetes.

Finalmente existen consecuencias económicas, ya que malgastar comida, significa malgastar dinero tanto en el hogar como en el proceso de producción de los alimentos.

Fuente: <http://www.thinkeatsave.org>

¿Cuál es la normativa aplicable en la Ciudad de Buenos Aires?

La Declaración Americana de los Derechos y Deberes del Hombre - Artículo 11) Toda persona tiene derecho a que su salud sea preservada por medidas sanitarias y sociales, relativas a la alimentación.



Declaración Universal de los Derechos Humanos - Artículo 25, inciso 1) Toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure el derecho a la salud, al bienestar, y en especial la alimentación.

Pacto internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales de 1966 - Artículo 11, párrafo 1) Toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado para sí y su familia, incluso alimentación, vestido y vivienda adecuados, y a una mejora continua de las condiciones de existencia.
Párrafo 2) Toda persona tiene el derecho a estar protegida contra el hambre.

Convención Internacional sobre la Eliminación de todas las Formas de Discriminación contra la Mujer - Artículo 12, inciso 2) Los Estados Partes asegurarán a la mujer una nutrición adecuada durante el embarazo y la lactancia.

Convención sobre los Derechos del Niño - Artículo 24.2. c) Combatir las enfermedades y la malnutrición en el marco de la atención primaria de la salud mediante, entre otras cosas, la aplicación de la tecnología disponible y el suministro de alimentos nutritivos adecuados y agua potable salubre, teniendo en cuenta los peligros y riesgos de contaminación ambiental.

Constitución de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires - Artículo 20) Se garantiza el derecho a la salud integral que está directamente vinculada con la satisfacción de necesidades de alimentación, vivienda, trabajo, educación, vestido, cultura y ambiente.

¿Qué podemos hacer cada uno de nosotros para reducir nuestra huella alimentaria?

- Utilizar los restos de comida para armar un nuevo menú o conservarlos en el congelador.
- Cocinar en el horno apagándolo un ratito antes de terminar y aprovechando el calor acumulado, así se ahorra energía.
- Comprar alimentos sueltos así se evitan los envoltorios.
- Planificar tus compras con anterioridad, haciendo una lista de lo que se necesita.
- Separar los materiales reutilizables o reciclables de la basura general, para que puedan ser nuevamente aprovechados.
- Armar una compostera para abonar tus plantas con los residuos orgánicos.
- Comprar frutas y/o verduras que no presenten forma, tamaño o color uniforme.
- Consumir primero lo que se compró en la fecha más antigua y después, lo que llegó más tarde a tu despensa.
- Donar los alimentos que ya sabes que no vas a consumir, a instituciones que los necesiten.
- Llevarte las sobras de la comida cuando comes afuera.
- Comprar frutas, hortalizas y/o verduras de estación y de producción local, cuando sea posible.
- Tener en cuenta la cantidad de comensales a la hora de planificar la cantidad de comida necesaria.

Para más información

Agencia de Protección Ambiental
www.agenciaambiental.gob.ar
educacionambiental@buenosaires.gob.ar



Actividad Propuesta “Calculadora Huella Alimentaria”



Te proponemos que calcules tu “Huella Alimentaria” a través de unos simples pasos a seguir que se presentan a continuación:

- Hacé click [aquí](#).
- Utilizá la versión presentación (F5).
- Encontrarás el ciclo de producción de los alimentos, cliquea en la imagen de cada una de las etapas para avanzar en las preguntas correspondientes.
- Cliquea sobre la imagen de la respuesta elegida en cada una de las preguntas y verás tu resultado. A continuación, cliquea sobre la flecha para seguir adelante.
- Como siempre está la posibilidad de mejorar, te proponemos que adoptes los consejos sustentables propuestos anteriormente, de manera de reducir tu huella alimentaria, evitando el desperdicio innecesario de alimentos.

