



ECOLOGÍA EN EL HOGAR: SALVA COMIDA, SALVA EL PLANETA

MÁS ALIMENTO, MENOS DESPERDICIOS

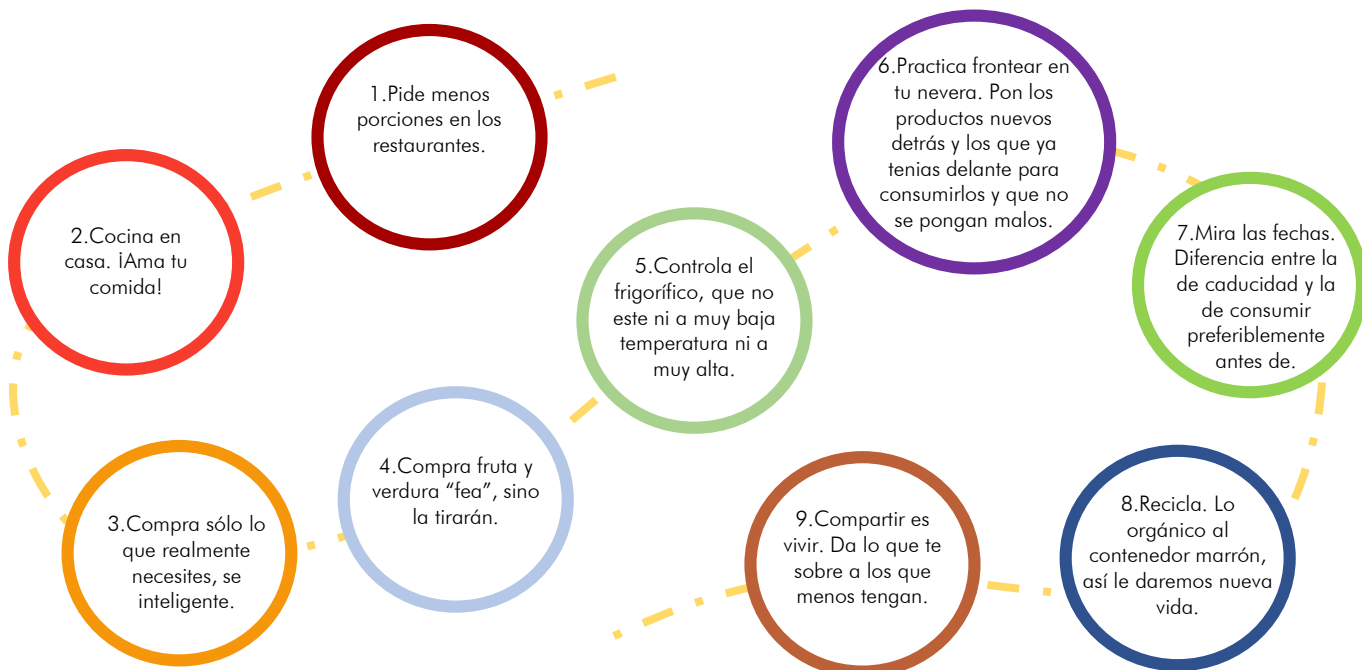
La FAO (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura) estimaba que aproximadamente 1/3 de los alimentos del mundo se pierden o desperdician cada año.

El **desperdicio de alimentos** se refiere a la disminución en la cantidad o calidad de los alimentos, como resultado de las decisiones y acciones de los proveedores de servicios alimentarios y consumidores. Hay diferentes razones por las que esto se produce:

- Los productos frescos que tienen forma, tamaño y color no óptimos, a menudo se eliminan de la cadena de suministro durante las operaciones de clasificación.
- Las tiendas y los consumidores suelen descartar los alimentos que están cerca de la fecha de consumo preferente o que la han superado.
- Grandes cantidades de alimentos comestibles sanos a menudo no se usan o sobran y se descartan de las cocinas domésticas y establecimientos de comidas.

Este último punto es el que más nos afecta a nosotros. **¡Se inteligente y cómete todo lo que te pongan en el plato!** Sean verduras, puré, pescado o carne. Puedes consultar más información sobre este tema en: <https://www.youtube.com/watch?v=10rLMuVo1hQ&t=69s>

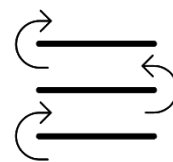
La FAO te propone **9 sencillas acciones** que aquí te resumimos para no desperdiciar comida:



¡A FRONTEAR!

¿Practicar algunas de las acciones planteadas anteriormente? **Te proponemos un reto.**

Organiza la nevera y el armario donde guardas la comida por fecha de caducidad. Las fechas más cercanas, ponlas delante y las lejanas, detrás.



Tira al contenedor de orgánico todos los productos que estén en malas condiciones (recuerda, sin envoltorios).



Anota los productos que tenías caducados para que lo tengas en cuenta en la próxima compra.



Seguro que se te ocurren otras ideas geniales para no tirar comida a la basura. Te proponemos utilizar algún plato cocinado, o una parte fresca de un alimento, para hacer una nueva comida (cocina de aprovechamiento); también podemos dar una nueva vida a los restos orgánicos ¿Sabrías relacionar estas imágenes?



1. Restos de pescado



2. Verdura podrida



A. Compost



B. Croquetas



3. Pan duro



4. Cocido



C. Empanadillas



D. Torrijas



5. Pisto



E. Fumé

La pérdida de alimentos conlleva el **desperdicio de recursos utilizados en la producción como tierra, agua, energía...** por lo que producir comida que no va a consumirse supone **emisiones innecesarias de CO2** que contribuyen al calentamiento global y al cambio climático.