

EL ROL DE LOS CONSUMIDORES

# REDUCIR el desperdicio para alimentar al MUNDO

Cada persona derrocha hasta 115 kilos de comida al año, mientras los especialistas debaten cómo sustentar a una población de 9.100 millones de habitantes en 2050. Alternativas y recomendaciones para atenuar esta contradicción.

Por Laura Perez Casar

Las proyecciones muestran que para alimentar una población mundial de 9.100 millones de personas, en 2050, sería necesario aumentar la producción de alimentos en un 70 por ciento. Pero, si se tiene en cuenta que cada año el mundo pierde un tercio de lo que produce (unas 1.300 millones de toneladas anuales) se abre un nuevo debate entre los especialistas: **¿Debemos producir más o desperdiciar menos?**

De acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO, por sus siglas en inglés) el **46 por ciento del desperdicio de alimentos** ocurre de manera significativa en los países desarrollados en las etapas de procesamiento, distribución y consumo incluso, cuando todavía son aptos para la alimentación humana.

En el Área Metropolitana de Buenos Aires, Argentina, según un estudio realizado por la Facultad de Ingeniería de la UBA, los desechos alimenticios son el primer componente en el flujo de **residuos sólidos** (representan el

41,55 por ciento para la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y el 37,65 para los alrededores).

Los barrios porteños que lideran el derroche son **Palermo, Recoleta y Caballito** (118,26; 107,55 y 90,12 toneladas por día, respectivamente), mientras que en los municipios con mayor desperdicios alimenticios son Avellaneda, Lanús y Quilmes (con el 45,61; 43,08 y 40,75 por ciento de los residuos).

En esta línea, un estudio realizado para el Congreso Internacional Save Food! indica que para aquellos que viven en la pobreza o con unos ingresos familiares limitados, desperdiciar alimentos es algo **inaceptable**. Mientras que el alto poder adquisitivo y la actitud del consumidor conllevan un alto desperdicio de alimentos en los países industrializados.

La reducción del despilfarro de alimentos es necesaria como una de las primeras medidas para **luchar contra el hambre** a la vez que contribuye a **preservar los recursos naturales**. Así lo asegura la técnica del equipo de Nutrición y Educación Alimentaria del

---

**EL 46 POR CIENTO DE LOS  
DESPERDICIOS MUNDIALES  
OCURREN EN LOS PAÍSES  
DESARROLLADOS EN LAS  
ETAPAS DE PROCESAMIENTO,  
DISTRIBUCIÓN Y CONSUMO.**

---



**FALTA DE PLANIFICACIÓN,  
EXCEDENTES EN LAS COMIDAS  
Y DETERIORO DE LOS  
PRODUCTOS MAL  
CONSERVADOS SON ALGUNAS  
DE LAS CAUSAS  
DE LAS PÉRDIDAS.**

Ministerio de Agricultura, Ganadería y Pesca de la Nación, Natalia Basso (ver entrevista: “**Ningún alimento debe ser desperdiciado**”).

En esta línea, el análisis de Save Food! indica que si bien es primordial aumentar la producción primaria de alimentos para hacer frente al futuro crecimiento de la demanda final, las tensiones entre la producción y el acceso a los alimentos pueden subyugarse con la reducción de las pérdidas de alimentos. Existen soluciones eficaces a lo largo de toda la cadena alimentaria.

Según las estadísticas de la FAO, el desperdicio per cápita de alimentos por consumidor en Europa y América del Norte es de **95 a 115 kg/año**, mientras que en el África subsahariana y en Asia meridional y sudoriental esta cifra representa sólo de **6 a 11 kg/año**.

Se estima que la pérdida anual en las sociedades ricas por parte de los consumidores es de 222 millones de toneladas, esto casi alcanza a la **producción alimentaria neta del África subsahariana** (230 millones de toneladas).

La tendencia general hace referencia tanto a la **actitud de los individuos** como a habilidades prácticas de **gestión de los alimentos**: planificación, racionamiento y almacenamiento. En consecuencia, los desechos se generan en los restos de los platos, exce-

dentes de cocina y en aquellos productos no consumidos a término.

Para directora del Instituto de Alimentos (ITA) del INTA Castelar, Alejandra Ricca, resulta “**primordial informar y formar al consumidor** sobre el impacto social, económico y ambiental de su comportamiento a fin de modificarlo.

De acuerdo con la FAO, esto sucede porque los individuos no planifican sus compras, lo hacen en exceso estimulados por el marketing y la publicidad, o reaccionan de modo exagerado a las fechas de caducidad y consumo preferente de los productos, mientras que las normas estéticas y de calidad llevan a los minoristas a rechazar grandes cantidades de alimentos perfectamente comestibles.

Entre los productos con una **tasa más alta de desperdicios anuales** en el mundo están las frutas y hortalizas, raíces y tubérculos, seguidas por los cereales y el pescado, y en último lugar se ubican los cultivos oleaginosos, carne y productos lácteos.

**“Ama la comida, odia el desperdicio”**

El Programa de acción de residuos y recursos del Reino Unido (WRAP, por sus siglas en inglés) asegura que las personas que planifican, hacen listas de compra y controlan la comi-

da de la que disponen, desperdician menos alimentos que los compradores espontáneos.

Así, y bajo el lema “ama la comida, odia el desperdicio” la organización anima a los consumidores a **aprovechar las sobras y utilizar los alimentos** con fecha de caducidad próxima en nuevas recetas. Además, aconseja sobre cómo reducir desperdicios mediante una correcta interpretación de las etiquetas y de su conservación en congeladores y almacenamiento.

Por su parte, la iniciativa Save Food! y la campaña PIENSA.ALIMENTATE. AHORRA (ambas de carácter internacional, fundadas por la FAO, el Programa de Naciones Unidas para el Medio Ambiente (PNUMA), el Reto Hambre Cero y la organización Messe Düsseldorf) aseguran que **es posible combatir el desperdicio** de alimentos mediante pequeños cambios en nuestros hábitos cotidianos.

Así, mínimas acciones de consumidores y productores pueden disminuir los 1,3 billones de toneladas de alimentos que se pierden o desechan cada año y ayudar así a la puesta en marcha de un futuro más sostenible.

### Parecidos pero distintos

Si bien técnicamente, la pérdida de alimentos o desechos se refiere a la disminución cualitativa o cuantitativa de productos destinados al consumo humano durante el proceso productivo, la campaña PIENSA.ALIMENTATE. AHORRA aclara una leve diferencia.

La **pérdida** de alimentos se refiere a productos que se estropean, se pierden o cuya calidad se ve disminuida durante el proceso productivo antes de que lleguen al consumidor. Normalmente, tiene lugar durante la producción, almacenamiento, procesamiento o distribución.

Mientras que el **desperdicio** 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.

### Lo que uno no quiere, otro lo desea

Según la FAO, la Argentina produce alimentos suficientes para **alimentar a**



## 10 CONSEJOS PARA EVITAR EL DESPERDICIO DE COMIDA

Por el Ministerio de Agricultura, Ganadería y Pesca de la Nación

- Planificar las compras: ver lo que hay en casa, qué hace falta y hacer una lista. Si se realizara una compra para toda la semana, planear las comidas.
- Consumir los alimentos de la despensa, heladera y freezer antes de volver a comprar.
- Usar el freezer para conservar los alimentos por más tiempo y en mejor estado.
- Consumir frutas y verduras “feas” en forma de licuados, budines o compotas.
- Al visitar restaurantes, solicitar que envuelvan las sobras y llevar las viandas gourmet.
- Si sobra comida, guardarla para el almuerzo o congelarla para otro momento en el que no querramos cocinar.
- Chequear las fechas de vencimiento y ordenar los productos en las alacenas para que queden primero los que tienen fecha más próxima.
- Elegir las porciones adecuadas que se consumirán, no más.
- Fabricar una abonera con los residuos orgánicos generados.
- Donar todo lo que no se utilice, antes de que sea tarde.

**CUANTO MÁS TARDE  
EN LA CADENA  
DE PRODUCCIÓN SE PIERDE  
UN ALIMENTO,  
MAYORES SERÁN  
LAS CONSECUENCIAS  
AMBIENTALES.**



**10 veces su población.** No se trata, entonces, de un problema de disponibilidad de alimentos, sino de falta de acceso por parte de los sectores más pobres de la población.

Dentro del conjunto de herramientas de la FAO para abordar el problema se destaca la **reutilización** de alimentos, en el caso de excedentes, dentro de la cadena alimentaria humana, la **búsqueda de mercados** secundarios o **donarlos** a los miembros vulnerables de la sociedad, representa la mejor opción. Si los alimentos no son aptos para el consumo humano, lo siguiente es desviarlos para alimentar al ganado, conservando recursos que de otra

forma serían utilizados para producir pienso comercial.

En cuanto a la redistribución de comida en buen estado, los **bancos de alimentos** tienen un rol fundamental. Así, países como Austria, Dinamarca, Italia, España, Reino Unido e, incluso, la Argentina trabajan para hacer llegar a los miembros vulnerables de la sociedad productos excluidos del circuito comercial pero aptos para el consumo humano.

La Red Argentina de Bancos de Alimentos es una asociación civil sin fines de lucro creada en 2003 con el fin de mejorar la situación nutricional del

país. En 2012, mediante los 17 bancos que la integran, la Red distribuyó casi **siete millones de kilos de alimentos** entre 1.300 organizaciones de ayuda comunitaria que asisten a alrededor de 200 mil personas.

Generados por excedentes de producción, con errores de envasado, con fecha corta de vencimiento o que no reúnen las especificaciones técnicas o de calidad que las empresas se imponen, estos alimentos son donados a la Red que, a su vez, los clasifica y distribuye en plazos muy cortos con la garantía de una adecuada manipulación a una red de comedores que asisten a personas necesitadas.





Una vez recibidos en los comedores comunitarios, las cocineras son las responsables de aprovechar al máximo las donaciones **sin descuidar la inocuidad**. Así, mediante el programa de capacitaciones de la Dirección de Agroalimentos del Ministerio de Agricultura, Ganadería y Pesca de la Nación, reciben diversas recetas que facilitan su labor.

Para Basso, mediante los talleres se aprendió que en los comedores “**ningún alimento debe ser desperdiciado** porque los recursos son escasos”.

### Nada se tira, todo se transforma

Cuando ya se intentó todo y sólo queda desecharlo, aún así queda una oportunidad: el **compostaje**. Entre el 40 y 50 por ciento en peso de la basura que se genera en las casas son residuos orgánicos. Si se dispone de lugar, se pueden **transformar un desperdicio en abono** para las plantas.

“Abordar el despilfarro de comida” se refiere al **reciclaje** y la **recuperación**: el reciclaje de subproductos, la digestión anaeróbica, el compostaje y la incineración permiten recuperar energía y nutrientes de los residuos de alimentos, lo que representa una ven-

taja significativa sobre el tirarlos en los vertederos.

Para ello, el especialista en desarrollo rural del ProHuerta Área Metropolitana Buenos Aires (INTA AMBA), Claudio Leveratto, recomienda tener un tacho con tapa al lado del que se tiene en casa para juntar todo lo que se desintegra rápido (yerba, café y té usados, cáscaras de frutas, restos de verduras, cáscaras de huevo bien rotas, etc).

Mientras tanto, en el jardín se coloca en una “montañita” todo lo recolectado y se agregan hojas secas, pasto y yuyos. A esto se le suma un poco de tierra y cada tanto estiércol de caballo, de ave, de conejo o de vaca (pero nunca de perro ni de gato). Además, se debe remover la pila cada 15 ó 20 días.

En la abonera proliferan una multitud de organismos benéficos llamados “descomponedores”, que degradan los restos orgánicos y liberan los nutrientes que poseen para que puedan ser utilizados por las plantas. Estará lista en cinco o seis meses (en invierno) y tres o cuatro meses (en verano).

### Más información:

Alejandra Ricca,  
[aricca@cniia.inta.gov.ar](mailto:aricca@cniia.inta.gov.ar)  
 Claudio Leveratto,  
[leveratto.claudio@inta.gob.ar](mailto:leveratto.claudio@inta.gob.ar)