

## El desperdicio alimentario

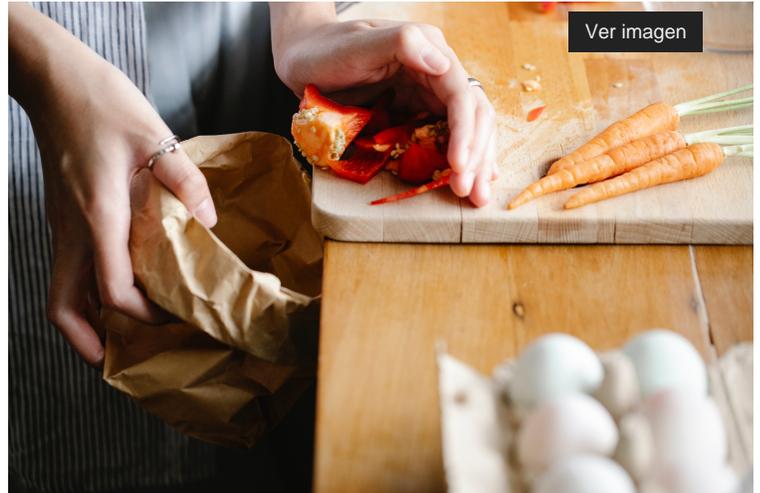
17 sep 2022

*Conoce qué es el despilfarro alimentario, cuál es su impacto y hazte con las recomendaciones para reducir el desperdicio y convertirte en un consumidor responsable.*

### ¿Qué es el desperdicio alimentario?

El desperdicio alimentario hace referencia a la cantidad de alimentos destinados al consumo humano que se pierden a nivel del consumidor y venta minorista. En el caso de la pérdida de alimentos, corresponde a los alimentos que se pierden durante la cadena de producción y transporte.

Este desperdicio puede venir dado por muchas razones; por fechas de caducidad tempranas, por comprar más de la cuenta, por envases demasiado grandes que se ponen malos antes de consumirlos, por utilizar métodos de conservación erróneos.



## Consecuencias del desperdicio de alimentos

Es importante concienciar a toda la población sobre el impacto negativo medioambiental, económico y social que supone la pérdida y el desperdicio de toneladas de alimentos comestibles.

### Pérdida de recursos

La pérdida y el desperdicio de alimentos supone también una pérdida de recursos naturales, porque durante su producción agrícola se habrá desperdiciado agua, energía, horas de trabajo, inversión, los usos del suelo, la biodiversidad y todos aquellos recursos empleados durante la elaboración y el transporte.

### Cambio climático

Otra de las problemáticas es el incremento de las emisiones de gases de efecto invernadero que generan todos esos alimentos que no se consumen y se pierden o desperdician en todos los eslabones de la cadena, no solo en los hogares españoles. Según la ONU, la pérdida y el despilfarro de alimentos causa un 10% de las emisiones totales que afectan negativamente al medioambiente, siendo partícipe de la crisis climática actual.

Caprabo en su lucha contra el desperdicio alimentario y el cambio climático ha iniciado un proceso de recogida de [excedentes de carne, de pescado y charcutería](#) [ /shared/.content/capnotaprensa/capnotaprensa-00447.xml ] en sus supermercados para su reutilización. Estos residuos orgánicos se guardan en una nueva plataforma, ubicada en la ZAL Port de El Prat de Llobregat, y se preparan para darles una segunda vida útil.

Este proyecto de Caprabo para gestionar de manera sostenible el residuo orgánico, fue reconocido el año pasado como la Mejor Iniciativa del Sector Privado en los [Premios Mercabarna 'Paco Muñoz'](#), [ [https://www.mercabarna.es/responsabilitat-social/es\\_premis-contra-el-malbaratament/](https://www.mercabarna.es/responsabilitat-social/es_premis-contra-el-malbaratament/) ] que se conceden cada dos años.

## Recomendaciones para evitar el desperdicio de los alimentos

Ser conscientes de la problemática que supone el desperdicio de alimentos a nivel global, nos facilitará las claves para ponerle solución desde casa.

### Planificar el menú semanal

Una buena manera de no desperdiciar comida ni comprar de más es planificar un menú semanal. De esta manera la lista de la compra será más pequeña, reduciremos las unidades y no almacenaremos comida en la despensa ni en la nevera.

Otra forma para gestionar bien la cesta de la compra y evitar la improvisación es poner en práctica el [batch cooking](#) [ /shared/.content/blog-frescos/de-nuestra-tierra/caparticulo-00010.xml ].

### Conservar los alimentos

Lo primero es ponerle orden de llegada a los productos, colocando los nuevos en la parte trasera, tanto en la despensa como en el frigorífico. Así, inconscientemente, consumiremos los productos más antiguos primero.

Además, deberíamos tener presente el tiempo de vida útil de los alimentos y conocer los métodos más fiables para aumentar su durabilidad. Como por ejemplo utilizar táperes herméticos para guardar la comida empezada o la [congelación](#) [ /shared/.content/blog-frescos/siempre-al-dia/caparticulo-00002.xml ], que sería uno de los métodos más efectivos para evitar el deterioro de los alimentos.

### Medir las raciones

Si solo cocinamos las raciones necesarias por plato, evitaremos que sobre comida. De no ser así, deberíamos valorar las sobras; si es posible, podemos guardarlas para esa misma noche, para comer al día siguiente o congelarlas, si no fuera posible, podemos hacer compost con ellas.

## Usar la creatividad para reutilizar alimentos

A la hora de elaborar una comida puedes reinventarte creando un nuevo plato [reutilizando](#) [ /shared/.content/blog-frescos/siempre-al-dia/caparticulo-00011.xml ] ingredientes sobrantes de otra comida.

Si la creatividad no te acompaña, puedes encontrar varias recetas de aprovechamiento en la página de Chef Caprabo como, por ejemplo las [migas con jamón serrano y uvas](#) [ /shared/.content/recetas/319-Migas-con-jamon-serrano-y-uvas.html ] . Además, según calendario, el espacio gastronómico de Chef Caprabo ofrece un [showcooking de aprovechamiento alimenticio](#) [ /shared/.content/talleres/SHOWCOOKING-APROVECHAMIENTO-ALIMENTICIO.xml ], para aprender a sacarle provecho a los recortes y partes no utilizadas de los ingredientes con el fin de no tirar los alimentos a la basura.

## ¿Cuánta comida se tira en el mundo?

Los alimentos que se tiran en casa, bares y restaurantes más los que se pierden durante la cadena de suministro desde la producción hasta el supermercado, según la FAO, [Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura](#) [ <http://www.fao.org/platform-food-loss-waste/es/> ], ascienden a un tercio de todos los alimentos producidos a nivel mundial.

Si hablamos del despilfarro de alimentos en los hogares españoles en cifras, en [2021 según la dirección general de la Industria Alimentaria](#) [ [https://www.mapa.gob.es/es/alimentacion/temas/desperdicio/07052022\\_desperdicio\\_alimentario\\_2021\\_v2\\_tcm30-6](https://www.mapa.gob.es/es/alimentacion/temas/desperdicio/07052022_desperdicio_alimentario_2021_v2_tcm30-6) ], se tiraron a la basura un total de 1.245,88 millones de kg/l de alimentos y bebidas, un 8,6% menos que en 2020. Esto corresponde a un 3,8% del total de alimentos que compramos.

Según el ministro de Agricultura, Pesca y Alimentación, Luis Planas, [avanzamos por el buen camino en la reducción del desperdicio alimentario](#) [ <https://www.mapa.gob.es/es/prensa/ultimas-noticias/luis-planas-vamos-por-el-buen-camino.-los-hogares-esp%C3> ], ya que el informe atribuye un cambio de hábitos en los hogares españoles que favorecen la planificación y el aprovechamiento.

## Caprabo contra el desperdicio alimentario

Caprabo, conscientes del % elevado de las pérdidas de alimentos en los supermercados, llevan a cabo varias iniciativas de responsabilidad social para reducir los residuos y evitar el desperdicio alimentario. Uno de los programas específicos para combatirlo es el proyecto solidario más importante: el [programa de Microdonaciones](#) [ <https://www.microdonacionscaprabo.cat/es/> ], en colaboración con los Bancos de alimentos, Cruz Roja y Cáritas entre otros, proyecto en el que se donan regularmente productos, sobre todo frescos, no comercializables pero aptos para el consumo.

Además cada septiembre desde 2018 se suma a la [Semana contra el Desperdicio Alimentario coordinada por AECOC](#) [ /shared/.content/capnotaprensa/capnotaprensa-00451.xml ], la Asociación de Empresas del Gran Consumo. De esta

manera, con motivo del “Día Internacional de Concienciación sobre la Pérdida y el Desperdicio de Alimentos”, desde Caprabo se trabaja con el Programa de Microdonaciones y varias iniciativas de concienciación para evitar el desperdicio de los alimentos.