



Dentro de la campaña “Más alimento, menos desperdicio”

## **El Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación fomenta el consumo responsable y el aprovechamiento creativo de alimentos en verano**

- El Ministerio ha elaborado y divulga un decálogo de consejos para evitar el desperdicio alimentario, tanto en la tienda como en la cocina y fuera de casa
- Durante la primavera verano de 2018 los hogares españoles arrojaron 667,79 millones de kilos de alimentos y bebidas a la basura, frente a los 603,27 millones de kilos desechados en el invierno
- Por productos, aumenta el desperdicio de frutas de verano (15%); leche líquida (+17,5%); platos preparados (+20,2%), pescados y mariscos frescos (+12,2%), y huevos, con un incremento del 10,2% o chocolates (77,2%)
- En verano la proporción de alimentos desperdiciados por recetas es superior a la temporada de otoño 2017 invierno 2018 en un 7,1%

1 de agosto de 2019. –El Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación quiere concienciar a los ciudadanos y ciudadanas sobre la compra responsable de alimentos y su aprovechamiento, especialmente en verano. Dentro la campaña “Más alimento, menos desperdicio” impulsada por el Ministerio, se ha elaborado un decálogo para el consumidor, para reducir el desperdicio de alimentos y bebidas, tanto en la tienda como en la cocina y fuera de casa.

Nota de prensa

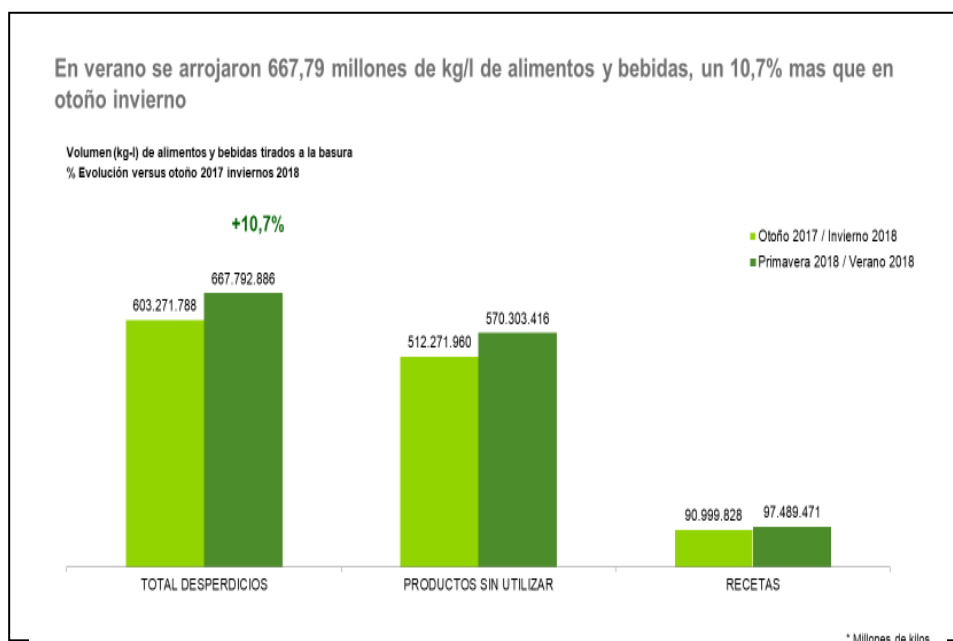




Según se desprende de los datos del panel de cuantificación del desperdicio alimentario en hogares 2018, que elabora el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación, los hogares españoles desperdician durante el periodo primavera-verano un 10,7% más de alimentos y bebidas que durante el otoño-invierno.

Así, durante las dos primeras estaciones del pasado año, los hogares españoles arrojaron 667,79 millones de kilos de alimentos y bebidas a la basura, frente a los 603,27 millones de kilos desechados en otoño e invierno.

De estas cifras, 570,30 millones de kilos corresponden al desperdicio de productos sin utilizar en el verano, frente a los 512,27 del invierno, y un total de 97,48 millones de kg al desecho de recetas en la época estival, en contraste con los 90,99 millones en invierno.



KANTAR





El 52,5% de los alimentos desechados a la basura se tiran en la temporada de primavera verano, mientras que este porcentaje disminuye hasta el 47,5% de cuota sobre el total en otoño invierno.

Este aumento puede estar provocado por dos efectos; el primero de ellos relacionado con la climatología y el incremento de las temperaturas. Esto hecho provoca que los alimentos pierdan sus propiedades nutritivas antes. O que, directamente, los productos frescos se desvíen de lo que se considera óptimo en cuanto a forma, tamaño y color y finalmente los hogares lo terminen desechando tanto si lo guardan dentro como fuera de la nevera.

El otro factor que también influye es el incremento de consumo fuera del hogar. Este hecho condiciona que aquellas preparaciones de comida guardadas y planificadas para su posterior consumo o aquellos sobrantes finalmente sean arrojados al cubo por no ser consumidos.

En verano aumenta el desperdicio de productos que puedan deteriorarse antes por los efectos del calor como, por ejemplo, leche líquida (+17,5%), platos preparados (+20,2%), frutas en verano (15,0%), pescados y mariscos frescos (+12,2%), y huevos con un incremento del 10,2% o chocolates (77,2%).

En cuanto a las recetas, en verano la proporción de desperdicio es superior a la temporada de otoño 2017 invierno 2018 en un 7,1%.

Se incrementa por ejemplo en el caso de recetas más frescas como ensaladilla rusa, ensalada verde o gazpacho. Recetas que apenas tienen peso significativo durante el periodo invernal y que durante el periodo estival ganan peso en el cubo de la basura.

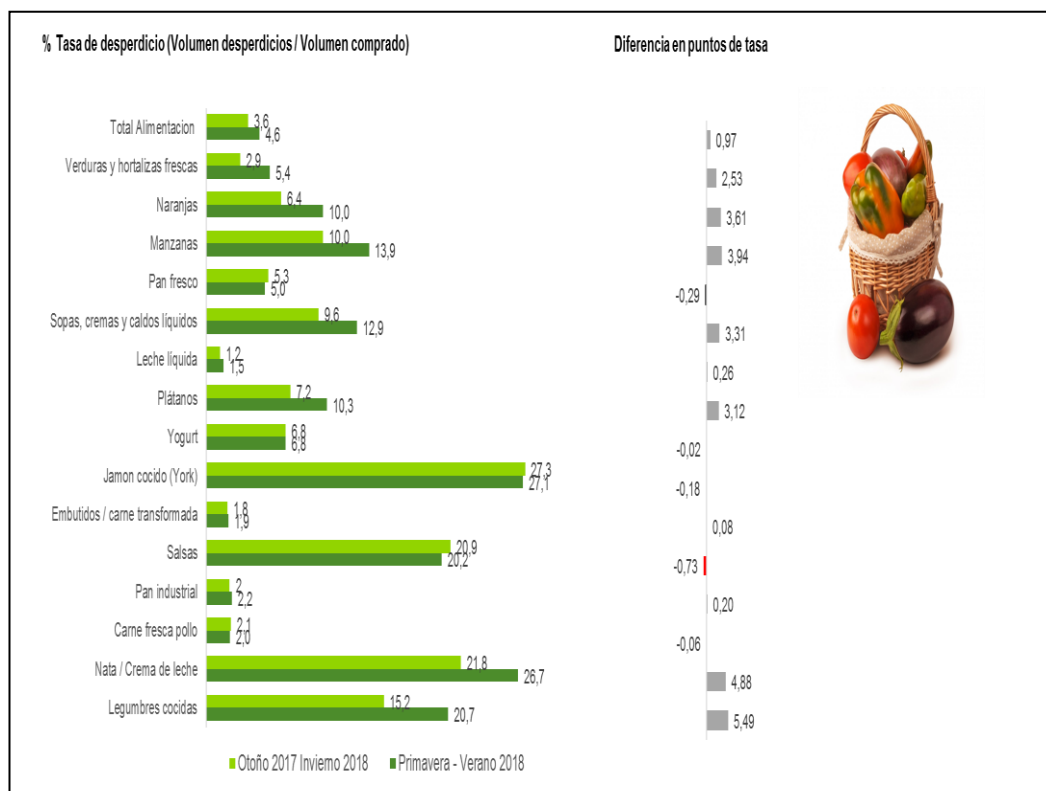
Como hecho destacado se produce un aumento del desperdicio de recetas como ensalada de pasta, ensalada de tomate, salmorejo, y arroz a la cubana.

## **TASA DE DESPERDICIO**



En cuanto a la tasa de desperdicio es mayor en verano que en invierno. Esto significa que la proporción de alimentos que tiramos a la basura en base a la proporción de alimentos que compramos es más alta en verano que en invierno, lo que quiere decir que aprovechamos más los alimentos en el periodo invernal, o bien que perecen menos.

Esta proporción es mucho más alta para alimentos como verduras y hortalizas frescas, naranjas manzanas y plátanos. Alimentos que normalmente con el calor tienden a estropearse con mayor facilidad.





## DECÁLOGO PARA REDUCIR EL DESPERDICIO ALIMENTARIO

En el marco de la campaña “Mas alimento, menos desperdicio” impulsada por el Ministerio, se ha elaborado un decálogo para el consumidor, para reducir el desperdicio de alimentos y bebidas, tanto en la tienda como en la cocina y fuera de casa.

1. **Planifica** tu menú semanal. Ten en cuenta las necesidades familiares y **evita la improvisación**.
2. Haz una **compra responsable**. Revisa tu despensa y frigorífico y elabora una lista de la compra
3. Ten en cuenta tu **presupuesto**. **Compra solo lo que necesites**. Tirar comida es tirar dinero.
4. **Conserva adecuadamente** los alimentos. Consulta las **etiquetas y fechas de caducidad**. En la compra **asegura la cadena de frío**.
5. Compra **productos de temporada** y consume por **orden de entrada**. Sigue el **sistema FIFO** (First in, first out): Lo primero que entra es lo primero que sale.
6. En la cocina **ajusta las raciones**. **Cocina solo lo necesario**. Adapta las medidas a la edad y el apetito.
7. **Aprovecha las sobras** con creatividad. Atrévete con **nuevas recetas**. Hay recetarios específicos para aprovechar las sobras.
8. Deposita en la basura solo lo que sea **imposible de aprovechar**. **Recicla** los residuos. Con los orgánicos **elabora tu propio compost** para macetas y jardín.





9. Si comes **en el trabajo** lleva tu propio recipiente reutilizable. Llévate los **alimentos que han sobrado en casa**. Así también ahorrarás dinero.
10. En restaurantes pide que te pongan las **sobras en un envase para llevar**. Pide **solo lo que vas a consumir**. Si tienes poco apetito pide raciones reducidas.

