



UNA SOCIETAT **EMBAFADA**

Cada català malbarata prop de 35 kg de menjar anualment, l'equivalent als àpats que faria durant 25 dies. Però més enllà de l'impacte ecològic –més emissions de gasos contaminants a l'atmosfera, pèrdua de biodiversitat, danys al sòl i consum excessiu d'aigua– i econòmic –841 milions d'euros abocats a les escombraries– la societat ha de reflexionar sobre l'impacte social i moral d'un comportament massa arrelat a les societats del primer món. A casa nostra, diverses entitats i administracions han posat en marxa campanyes de sensibilització per fer revertir una situació que al món suposa el malbaratament o pèrdua involuntària de 1.300 milions de tones d'aliments cada any.

■ Un dossier de **Gemma Aguilera**

Un flagell mundial

Cada any, al món es malbaraten 1.300 milions de tones de menjar, un terç de la producció mundial. Els països en vies de desenvolupament perden involuntàriament molts aliments durant el procés de producció per manca d'infraestructures, mentre que en els països industrialitzats el malbaratament és responsabilitat directa dels consumidors. A Europa i els EUA, cada ciutadà aboca a les escombraries entre 90 i 115 quilos de menjar, mentre que a l'Àfrica només 9 quilos.

Cubells d'escombraries plens a vessar, safates dels restaurants de menjar ràpid amb restes d'aliments, bufets lliures en què el client pensa que s'acabarà el món, productes que van directament a la brossa sense haver-los encetat perquè han caducat... Són fotografies fixes de qualsevol societat de l'anomenat primer món, on el menjar fa molt de temps que ha deixat de concebre's com una necessitat vital i s'ha convertit també en oci, plaer, ostentació de poder. Aquesta metamorfosi potser no seria un problema per a les societats opulentes si no fos perquè en paral·lel, gairebé 1.000 milions de persones passen fam –una de cada 7 persones del planeta pateix fam i més de 20.000 nens menors de 5 anys moren de gana cada dia– i perquè els recursos necessaris per a la producció dels aliments són de tots. Parlem d'una qüestió moral, sí, però també social, mediambiental, econòmica i de salut de les persones. I tot plegat sovint sense adonar-nos-en i sense mala intenció. Quan llencem a les escombraries uns quants macarrons que han sobrat per mandra de posar-los en una carmanyola per a l'endemà, ens trobem mig paquet de galetes remollides o apareixen dos préssecs florits d'aquella bossa de dos quilos que estava d'oferta, no ens adonem que no es tracta d'una pràctica

excepcional, sinó de la quotidianitat en les nostres vides.

Un problema mundial. L'estudi *Global food waste* elaborat per l'Organització de les Nacions Unides per a l'Alimentació i l'Agricultura (FAO) calcula en 1.300 milions de tones els aliments que es perden durant el procés de producció o es malbaraten cada any al món, és a dir, l'equivalent a gairebé un terç de la producció d'aliments. El 54% d'aquest malbaratament es produeix en les etapes inicials de la producció, manipulació i emmagatzematge postcollita, i el 46% restant té lloc en les etapes de processament, distribució i consum dels aliments.

L'estudi assenyala que els països en desenvolupament concentren les seves pèrdues alimentàries durant la producció agrícola a causa de la precarietat de les infraestructures, el baix nivell tecnològic i la manca d'inversions en els sistemes de producció alimentària, mentre que el malbaratament en el punt de venda i a les llars és la principal causa a les regions amb ingressos mitjans i alts, on representa el 35% dels rebuig total. En països amb rendes baixes, aquest percentatge cau fins a situar-se entre el 4% i el 16%. També es constata que com més tard es perd un producte alimentari al llarg



Mentre s'aboquen a les escombraries milers de

de la cadena, més negatives són les conseqüències ambientals, ja que al cost inicial de producció cal sumar els costos ambientals incorreguts durant el processat, transport, emmagatzematge i preparació dels aliments.

Segons la FAO, només amb la meitat de les 1.300 tones d'aliments que van a parar a les escombraries cada any es podria alimentar tota la població que passa gana al món, que a hores d'ara frega els 1.000 milions de persones, i es rebaixaria també el percentatge de població que pateix obesitat –un terç de la població mundial– a causa de la ingesta excessiva o inadequada d'aliments. També avisa que els consumidors dels països rics malgasten la mateixa quantitat d'aliments, 222 milions de tones cada any, que la totalitat de la producció alimentària neta de l'Àfrica subsahariana, que se situa en uns 230 milions de tones.

La Unió Europea estima un malbaratament de 179 quilos d'aliments per habitant, provinents de les llars, els comerços al detall i la restauració, sense comptar el sector de l'agricultura, i que sumen 89 milions de tones d'aliments. El desaprofitement per càpita entre els consumidors nord-americans arriba als 115 quilos anuals, mentre que a l'Àfrica subsahariana i a l'Àsia meridional i el Sud-est asiàtic es tiren



tones d'aliments en bon estat, als països més pobres la fam obliga milions de persones a intentar sobreviure cercant aliments entre les deixalles.

només entre 6-11 kg per persona. En aquest sentit, la FAO avisa que la pèrdua d'aliments afebleix l'economia, fa menys competitives les empreses, encareix la despesa de les llars i obliga els poders públics a destinar recursos per gestionar els excedents i les pèrdues alimentàries que haguéssim pogut aprofitar. Uns diners que, com remarca la FAO, podrien destinar-se a d'altres problemàtiques socials no induïdes per un comportament irresponsable d'una part dels ciutadans.

Qüestió de consciència. A banda de comptabilitzar les tones d'aliments que es perden, també cal tenir en compte altres danys col·laterals del malbaratament alimentari. Per exemple, com destaca l'informe de la FAO, l'impacte negatiu sobre la sobirania alimentària dels països que exporten aliments, part dels quals no arriben mai al consumidor, l'efecte sobre els preus globals dels aliments bàsics, que s'encareixen, o les conseqüències ambientals.

Si bé una part de les pèrdues són degudes a mancances en el transport i conservació dels aliments i falta de mitjans tècnics als camp, és innegable que una part important del malbaratament és atribuïble a la manca de consciència tant per part del productor com

del consumidor final. És evident que en l'anomenat primer món el model d'alimentació i consum és responsable de llençar una quantitat considerable de menjar, entre d'altres motius perquè imposa criteris absurds com els requisits estètics a l'hora de vendre fruites i verdures, de manera que part dels aliments produïts al camp es descartin sense arribar als circuits de comercialització, i fomenta la compra de quantitats més grans de producte de les que realment necessita el consumidor.

Així, la FAO lamenta en el seu informe que als consumidors dels països rics se'ls anima sovint a comprar més aliments dels que necessiten amb promocions del tipus 2x1, proliferen els restaurants tipus bufet lliure en què s'encoratja el client a omplir-se el plat de menjar tantes vegades com vulgui, i s'ha inculcat entre els consumidors que cal tirar els aliments que ja han passat de la data de consum preferent o que no són tant bonics a la vista, quan en realitat la seva vida és molt més llarga. Però les enquestes indiquen que els consumidors estan disposats a comprar productes que no compleixin les exigències d'aparença sempre que siguin innocus i tinguin bon gust.

Amb la constatació de la gravetat del problema a nivell planetari, la FAO reclama una modificació urgent del

comportament dels consumidors, que ha d'anar unida a una campanya de sensibilització per part de les administracions sobre la importància de reduir el malbaratament d'aliments com una responsabilitat cívica més, i la indústria ha de proporcionar noves eines per a una gestió més intel·ligent dels aliments, com ara l'emalatge, l'etiquetatge o les promocions per assegurar una gamma adequada de porcions que satisfacin les veritables necessitats dels consumidors més enllà del negoci.

Pel que fa als països en desenvolupament, la FAO focalitza l'estratègia en reduir la pèrdua d'aliments en el moment de la seva producció. Considera vitals les inversions en la millora de les tècniques de producció i recol·lecció al camp, el transport i la manufactura dels productes, i reconeix que a diferència del que succeeix als països rics, bona part dels aliments es perden de forma involuntària per manca de mitjans adequats. En aquest sentit, insta les empreses privades i les administracions a fer un esforç addicional d'inversió per millorar les condicions de producció alimentària en els països en vies de desenvolupament. Altrament, remarca la FAO, la taxa de mortalitat per malnutrició i el nombre de persones que no poden dur una dieta saludable no deixarà de créixer.



El menjar, un bé preat menystingut

La Generalitat, a través de l'Agència de Residus de Catalunya, l'Ajuntament de Barcelona i l'Àrea Metropolitana de Barcelona ha posat en marxa la campanya "Som Gent de Profit", que proposa als ciutadans, empreses i administracions un canvi de comportament i d'actitud encaminat a recuperar el valor dels aliments i a concebre les restes alimentàries com un recurs.



El 7% dels aliments que comprem els catalans acabem llençant-los a les escombraries. Això vol dir que cadascú de nosaltres malbarata el menjar corresponent a 25,5 dies d'un any, uns 35 quilos de productes totalment comestibles però que hem menystingut per diverses raons. En total, parlem de 262.471 tones d'aliments procedents de les llars, la restauració i el comerç, a les quals hem de sumar les pèrdues generades en el sector productiu agroalimentari, on es malbarata al voltant de 375.619 tones anuals.

Aquesta xifra traslladada en termes econòmics significa 841 milions d'euros anuals perduts, implica la utilització de 234.022 hectàrees de terreny, el 20% de tota la superfície agrària útil de Catalunya i l'emissió de 520.753 tones de CO₂ extra a l'atmosfera.

El malbaratament alimentari té un impacte econòmic, social i mediambiental, però també cultural, perquè és un indicador que la societat està restant valor a un bé preuat sense el qual no sobreviuríem. És en aquest sentit que el Departament de Territori i Sostenibilitat, a través de l'Agència de Residus de Catalunya, l'Ajuntament de Barcelona i l'Àrea Metropolitana de Barcelona (AMB) han unit esforços per desenvolupar una campanya de conscienciació ciutadana per evitar el malbaratament alimentari que proposa als ciutadans, empreses i administracions que en algun moment de la cadena de producció, venda, consum i rebuig de productes poden canviar els seus hàbits per evitar llençar el menjar.

És, de fet, un canvi de comportament i d'actitud encaminat a recuperar el valor dels aliments i a concebre les restes alimentàries com un recurs. La campanya, amb el lema "Som Gent de Profit", es desenvoluparà durant tot el 2015 en mitjans de comunicació, xarxes socials i internet, a més d'una exposició itinerant i tallers participatius. Les xifres amb què treballa la campanya procedeixen de l'estudi *Diagnosi del malbaratament alimentari a Catalunya*, elaborat l'any 2013 per la Universitat Autònoma de Barcelona per encàrrec de l'Agència de Residus de Catalunya.

La gènesi. La campanya ofereix consells i reflexions sobre aquest malbaratament adaptats a cada sector i a cada circumstància, per tal que el productor, els restauradors, els venedors i els consumidors tinguin una guia de bones pràctiques i reduir al màxim la pèrdua d'aliments i alhora tornar a posar en valor aquest bé preuat.

L'estudi va detectar diverses causes de malbaratament per sectors. Per exemple, en el sector productiu algunes pèrdues alimentàries o malbarataments es donen per descomptades, com les minves intrínseques en els processos de producció, tot i que la millora de

processos, la higiene i la informació als treballadors redueixen aquestes minves. Les errades en les prospeccions de vendes, les errades de planificació, l'envasatge defectuós i uns controls de qualitat orientats a l'estandardització dels productes provoquen malbaratament en aquest sector. En la distribució, les tendències del mercat s'orienten cap a productes refrigerats més exigents en requeriments de conservació. La peribilitat intrínseca també hi juga en contra, perquè davant oscil·lacions de la demanda els béns causen baixa. I finalment també hi compten les errades de gestió i les fallides tècniques.

Pel que fa al sector dels serveis de restauració i càtering, la inadequació de l'oferta de menjar amb la demanda del consumidor, la imprevisió per conèixer la demanda futura, aspectes psicosocials i l'assumpció de possibles riscos per a la salut pública per oferir els aliments sobrers a entitats benèfiques o, fins i tot, al mateix client, són les causes principals del malbaratament alimentari.

Per una altra banda, l'informe de la UAB remarca que els gestors de residus alimentaris tenen detectades barreres normatives que frenen l'aprofitament de determinats residus carnis com a ingredients de la indústria de l'alimentació animal; a més, també han reconegut fallides en la recollida selectiva de la distribució al detall que dificulten en extrem l'aprofitament dels residus orgànics que s'hi generen.

El sector de la beneficència coneix les dificultats per poder aprofitar els aliments frescos i l'aprofitament dels aliments elaborats, i suggereix la possibilitat que es donin incentius fiscals a les empreses perquè donar els aliments sobrers sigui econòmicament més avantatjós que gestionar-los com a residus.

I finalment, el consumidor final. En aquest cas, detectar les motivacions que ens porten a cadascú a llençar a les escombraries menjar que prèviament hem cuinat i hem pagat és més complex. Sabem, però, que l'estructura familiar està relacionada amb el malbaratament, ja que les famílies extenses compren menys per persona que les famílies nuclears o monoparentals. El valor dels aliments ha baixat dins de la jerarquia de les despeses, atès que

actualment signifiquen un 14% de les despeses familiars anuals, quan fa 40 anys significaven al voltant d'un 35%. Una menor ponderació de la despesa en aliments implica una davallada en l'atenció a l'optimització d'aquest recurs. Certament, les llars compren els aliments de manera més espaiada en el temps, fet que provoca que es dediqui més temps i espai a l'emmagatzematge d'aliments a casa, i per tant, que augmenti la probabilitat que aquests es facin malbé. A més a més, el marcatge de les dates de consum preferent o de caducitat és confús i difícil de retenir pels consumidors, la qual cosa els incita a la renovació constant de l'estoc d'aliments a la llar.

I què passa amb els supermercats? Doncs que transmeten eficaçment al consumidor la sensació d'una oferta il·limitada i constant, fet que provoca una pèrdua gradual de l'hàbit de planificar les compres. Les convencions socials com ara racions generoses, el fet de no reaprofitar aliments d'àpat a àpat o la manca d'habilitats en la conservació també contribueixen al malbaratament d'aliments. És evident que el malbaratament alimentari encara no està en l'agenda dels diferents actors de la cadena alimentària i que, malgrat la presència creixent en els mitjans de comunicació, manquen campanyes institucionals per prevenir-lo.

Una campanya global. “Som Gent de Profit” enfoca la campanya d'una manera global, conscient que, si bé les petites accions són importants, no són suficients per revertir una tendència negativa que tots els experts assenyalen que va en augment. És per això que cal una planificació coordinada de les accions que l'ataqui des de diverses aproximacions: econòmiques, ambientals, nutricionals, culturals... El malbaratament alimentari és un fenomen polièdric i és des d'aquesta multitud de cares que s'ha de combatre un problema que malauradament no és percebut com a tal per una part important de la població, acostumada ja a l'opulència i a l'accés immediat a tota mena de productes i formats de consum.

En aquest sentit, la campanya institucional parteix de dues premisses: recuperar el valor dels aliments i con-



Entre els residus alimentaris que llencem, el 22% eren aprofitables. La campanya “Som Gent de

cebre les restes alimentàries com un recurs, premisses que han de ser assumides pels poders públics, els quals, a la vegada, les hauran de promoure entre la societat per tal que tots els actors socials s'impliquin en aquesta fita comuna. Si un dels esglaons de la cadena falla, difícilment funcionarà l'engranatge global.

Atenent a la Directiva europea sobre residus, la reducció del malbaratament d'aliments en origen és prioritària, i la segueixen l'alimentació de les persones necessitades, l'alimentació animal, els usos industrials, el compostatge i, en darrer lloc, els tractaments finalistes com ara la disposició en abocadors o la incineració. En tota aquesta cadena es



AGENCIA DE RESIDUS DE CATALUNYA



Profit vol sensibilitzar grans i petits sobre el malbaratament alimentari en producció i consum.

poden aplicar des de solucions estrictament tecnològiques, organitzatives i de gestió, fins a econòmiques, normatives, ambientals, educatives i de sensibilització de la població.

Fruit de les idees i diagnòsics d'aquest estudi de la UAB, *Som Gent de Profit*, que es va presentar el passat 22 de novembre coincidint amb el Dia Te-

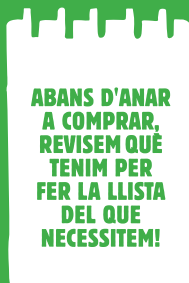
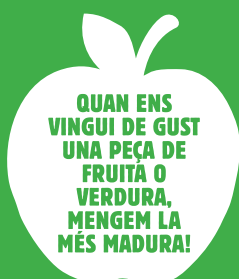
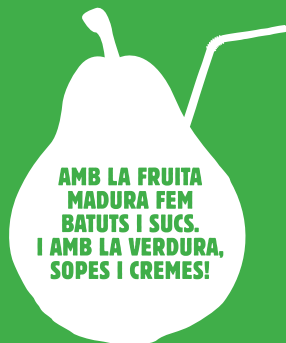
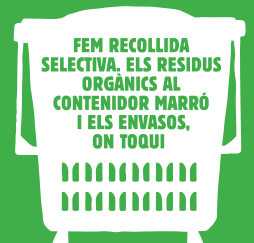
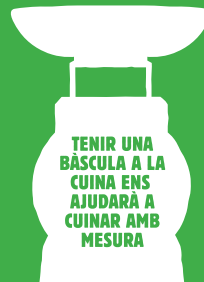
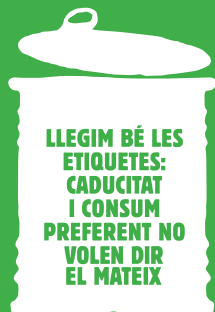
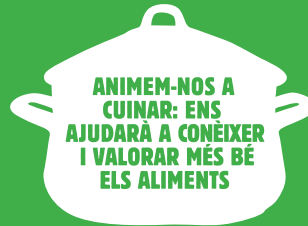
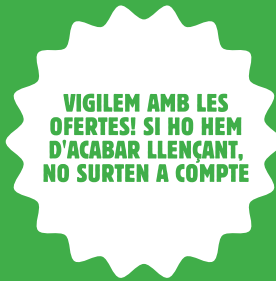
màtic Europeu de la Prevenció del Malbaratament Alimentari, en el marc de la Setmana Europea de Prevenció de Residus, proposa un seguit d'accions que poden afavorir la consecució d'aquests reptes. Des de la creació de clubs ambientals de negocis per a la reducció de residus, a la formació dels treballadors, la millora de la gestió

dels productes en els supermercats, el canvi d'hàbits en la gestió dels productes amb la data de caducitat a punt de vèncer, la implicació dels treballadors dels establiments comercials, una bona segregació en origen dels residus alimentaris, la normalització del costum d'endur-se el menjar que sobra en els restaurants, l'adequació de les racions a la demanda, l'impuls del consum dels productes locals i de temporada, el canvi d'hàbits de compra i de consum, el redescobriments de la cuina com un element de valor, o la recuperació dels espigoladors en els camps de cultiu un cop realitzada la collita.

Amb aquesta iniciativa, Catalunya se suma a d'altres països que s'han marcat com a prioritat reduir dràsticament el malbaratament alimentari. A tall d'exemple, el Regne Unit va posar en marxa l'any 2008 la campanya "Love food, hate waste", que constitueix una de les experiències de referència contra el malbaratament alimentari a nivell domèstic. Irlanda compta amb un programa adreçat al sector comercial, i a Itàlia una quarantena de ciutats duen a terme l'experiència *Last Minute Market*, que relaciona productors i distribuïdors en possessió d'aliments no venuts i comercialitzables amb persones i organitzacions d'obres socials que els necessiten. Igualment a Finlàndia, a França i a Portugal, s'han dut a terme diverses accions de sensibilització i informació del malbaratament alimentari. Campanyes que són molt necessàries a l'anomenat primer món, embafat de tota mena de capricis associats amb l'alimentació que l'han empès a perdre de vista el valor real de cada aliment, i on les convencions socials ens dicten que l'abundància de menjar a taula és sinònim de gentilesa i bones maneres. Encara que després la meitat del menjar acabi a les escombraries o en una carmanyola durant uns dies, fins que ens n'oblidem i finalment l'acabem llençant.

Durant aquestes festes de Nadal tenim una gran oportunitat de racionalitzar el nostre comportament amb els aliments i posar en pràctica aquests consells, perquè les xifres tornen a ser alarmants. Segons dades de l'Agència de Residus de Catalunya, per festes els residus generats per cada català creixen un 3%.

Consells per no malbaratar els aliments





**LA NEVERA
ENTRE 4°C i 5°C
MANTINDRÀ
ELS ALIMENTS
FRESCOS
MÉS TEMPS**



**POSEM EL
CONGELADOR
A -18°C I TOT
ES CONSERVARÀ
MILLOR!**



**UN COP AFEGIM SAL, OLI
I VINAGRE, L'AMANIDA ES
FA MALBÉ RÀPIDAMENT.
AMANIM-LA PER RACIONS!**



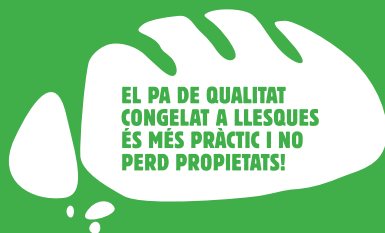
**ELS OUS
MILLOR A LA
NEVERA I AMB
LA PUNTA CAP
AVALL!**



**LA MILLOR MANERA
DE DESCONGELAR ÉS
DINS LA NEVERA!**



**LA FRUITA I LA VERDURA
COMPREM-LA AMB FREQUÈNCIA
I EN PETITES QUANTITATS!**



**EL PA DE QUALITAT
CONGELAT A LLESQUES
ÉS MÉS PRÀCTIC I NO
PERD PROPIETATS!**



**NO BARREGEM
CEBES I PATATES!
ES CONSERVEN
MILLOR PER SEPARAT!**



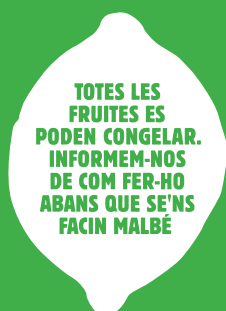
**FRUITA I LA
VERDURA AL
CALAIX DE LA
NEVERA A
UNS 4°C**



**POSEM PERES I POMES
A PART. ACCELEREN LA
MADURACIÓ DE LA
RESTA DE FRUITA!**



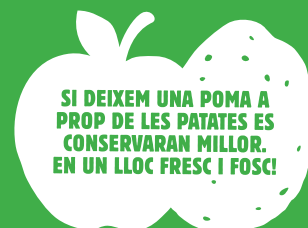
**LA FRUITA
TROPICAL, FORA
DE LA NEVERA!
AIXÍ CONSERVA
MILLOR LES
SEVES
PROPIETATS**



**TOTES LES
FRUITES ES
PODEN CONGELAR.
INFORMEM-NOS
DE COM FER-HO
ABANS QUE SE'NS
FACIN MALBÉ**



**TOMÀQUETS, CEBES,
PASTANAGUES I PATATES,
AL REBOST MILLOR QUE
A LA NEVERA!**



**SI DEIXEM UNA POMA A
PROP DE LES PATATES ES
CONSERVARAN MILLOR.
EN UN LLOC FRESC I FOSC!**

Font: Agència de Residus de Catalunya

És a les teves mans

El 58% del malbaratament dels aliments a Catalunya es produeix a les llars, és a dir, que en som responsables cadascú de nosaltres. Com indica l'estudi *Diagnosi del malbaratament alimentari a Catalunya*, elaborat per la Universitat Autònoma de Barcelona (UAB) per encàrrec de l'Agència de Residus de Catalunya, d'aquest percentatge, el 48,6% correspon a restes alimentàries fetes malbé o caducades en els processos de conservació i emmagatzematge previs a l'elaboració, és a dir, menjar envasat caducat o podrit; un 15,9% són restes de menjar preparat o cuinat que és comestible però que no ha arribat a ser servit al plat; un 25% són restes alimentàries que queden al plat i aliments retornats de la taula (trossos de carn, peix i verdures cuinades, rebosteria...) amb les seves peles, ossos, closques i parts no separables. Un 3,7% correspon a menjar en bon estat que ni tan sols s'ha encetat, i finalment, un 6,8% és pa sencer o rosegat que ha quedat sec.

Fora de les llars es produeix el 42% del malbaratament, i per àmbits, els supermercats són responsables del 16% de les pèrdues d'aliments, seguits de la restauració, on es llença el 12% dels aliments que acaben als abocadors, el comerç alimentari minorista, que en genera el 9%, les institucions, responsables del 4% del malbaratament de Catalunya, i finalment, els mercats, on s'acumula l'1% dels aliments perduts.

En total, l'estudi de la UAB ha calculat que en els residus s'hi troben cada any

En societats riques com la nostra, bona part del malbaratament alimentari és intencionat, no es produeix per manca de mitjans de producció, sinó per la decisió de les persones a l'hora de gestionar la compra o de cuinar. Potser per això ho tindrem més fàcil si decidim posar el nostre gra de sorra per aprofitar al màxim els recursos alimentaris, en benefici de tots i de l'entorn.

262.471 tones de menjar, això equival a 34,9 quilos per habitant. Amb les nostres escombraries es podrien alimentar més de 500.000 persones durant un any i equival a llençar el menjar consumit durant 25,5 dies. I encara més, aquest



comportament suposa una pèrdua econòmica de 112 euros per habitant i any, i deixa una petjada ecològica equivalent a l'emissió a l'atmosfera de 520.700 tones de CO₂, contribuint encara més a l'efecte d'hivernacle.

A CASA

Planifica els teus menús setmanals, això t'ajudarà a saber quins productes necessitaràs realment i quines quantitats aproximades, etc.

Planifica la compra: fer una llista et pot ajudar, ordenant-los per prioritats.

Verifica les dates de consum preferent i caducitat dels productes que tens a la nevera o al rebost de casa.

Emmagatzema bé els productes per evitar que es facin malbé.

Gestiona correctament els aliments que compres. Ajusta les quantitats dels ingredients al nombre de comensals.

Si menges fora de casa, racionalitza les racions que demanes i si sobra menjar, opta per endur-te'l a casa.

Reutilitza les restes de menjar aprofitables per cuinar altres plats o pots optar per congelar-les.

Fes la recollida selectiva. Tots els residus orgànics han de dipositar-se al contenidor marró.



En el concepte de malbaratament, s'hi inclouen restes d'aliments preparats o cuinats que són comestibles, restes que ens deixem al plat o que retornem després de dinar, menjar fet malbé o aliments en bon estat que es llencen a

les escombraries i que es produeixen al llarg de tot el cicle de vida de l'aliment: des dels productors als consumidors. En definitiva, són tots els aliments que es desaproveiten tot i tenir encara valor com a recurs nutritiu per a les persones. Ara

bé, hi ha una llista llarga d'accions que podem fer en el nostre dia a dia i que ens permetran reduir dràsticament aquest malbaratament, per qüestions econòmiques i mediambientals, però sobretot, per una qüestió ètica.



ALS COMERÇOS O SUPERMERCATS

Tria els formats que s'ajustin millor al consum i racions previstes.

Valora els establiments que tinguin implantades bones pràctiques pel que fa al tractament i manipulació dels aliments. Consumeix productes locals i de tem-

porada ja que, per la proximitat, permeten una millor regulació de l'oferta i la demanda, hi ha menys probabilitat de trencar la cadena del fred i, per tant, es minimitzen les possibilitats que el producte es faci malbé durant el transport. A més, tenen també una més gran qualitat, així com una menor càrrega energètica i ambiental associada al transport i emmagatzematge.



AL RESTAURANT

Demana la quantitat d'aliment que s'ajusta a la gana i a les necessitats de cada moment

Demana endur-te a casa els aliments emplatats que no t'hagis menjat per evitar que es malbaratin.

Reaprofitar amb un sol clic

És dissabte a migdia. No hem anat a fer la compra setmanal i no tenim pla per sortir a dinar al restaurant. I obrim la nevera confiants que hi trobarem alguna cosa de profit, ben posada en una carmanyola i preparada per escalfar-la... Però no, la nevera és pràcticament buida. Ni les carmanyoles de la mare ni aquella amanida que ens pensàvem que vam guardar i que al final la vam tirar al cubell de les escombraries. Tot el que tenim són unes pastanagues, mitja ceba, tomàquet ratllat que va sobrar de la pizza casolana, un pit de pollastre i un paquet de pasta fresca que va caducar fa un parell de dies.

Un cuiner virtual. Encara que ho pugui semblar, la situació no és tan dramàtica. De fet, és una escena habitual en les neveres de moltes llars en què els seus inquilins tenen jornades laborals maratonianes i fan la majoria dels àpats fora de casa. Aquest petit desgavell alimentari té solució. L'aplicació per a dispositius mòbils i la pàgina web www.somgentdeprofit.cat de la campanya "Som Gent de Profit" es converteix en un xef virtual de franc que ens pot resoldre el dinar en un minut i, de passada, donar-nos alguns consells perquè a partir d'ara la nostra nevera sigui alguna cosa més que un magatzem de restes d'aliments que acabem llençant.

Si cliquem la icona "Què tens a la nevera?" i hi introduïm els aliments que tenim a la nevera, ens apareixen alguns consells, el primer dels quals, que no posem la ceba a la nevera! El seu lloc ideal, com en el cas dels tomàquets i les pastanagues, és al rebost, en un lloc sec, fresc i ventilat, i encara més, separades de les patates, que es conserven millor. I si tenim moltes cebes i no volem que es facin malbé, el nostre xef ens aconsella pelar-les, picar-les i congelar-les en una bossa. Pel que fa a la pasta caducada de fa un parell de dies, no passa absolutament res, serà l'ingredient principal de l'àpat. Però això sí, el consell és

Les noves tecnologies són un gran aliat per a l'aprofitament dels aliments. "Som Gent de Profit", conscient que el jovent és clau en aquest repte, ha posat en marxa una pàgina web i una aplicació per a dispositius mòbils que posa a un sol clic receptes, consells, llistes de la compra i una calculadora per racionalitzar la nostra relació amb els aliments.

que els aliments que estiguin a punt de caducar, els situem al davant de tot de la nevera perquè sigui el primer que veiem quan l'obrim i no quedin arraconats. I què fem amb les quatre coses que tenim a la nevera? En aquest cas és molt fàcil, un sofregit amb ceba i tomàquet per a la pasta i un pit de pollastre de segon plat.

Calculadora. També podem fer ús de la calculadora de racions, que ens permet calcular la porció d'aliment necessària per cuinar en funció de les persones que hem convidat a taula. Així, podem saber que per fer arròs per a un sol necessitem només 80 grams, tot el que posem de més serà perquè volem tenir a punt menjar per un altre dia que guardarem en una carmanyola, però no pas per a un sol àpat. Si, en canvi, volem preparar una amanida per

a 4 persones, ens caldran 600 grams d'hortalisses, i 400 grams de carn i 800 grams de patates si volem fer un bistec de vedella amb patates al forn de segon. Per postres, amb 600 grams de fruita variada en tindrem prou.

Llista de la compra. Anar a comprar al supermercat o al mercat implica prendre decisions sobre què necessitem i què no, sovint precipitades, perquè és quan ens trobem davant dels productes que acostumen a prendre la decisió de comprar, no sempre guiats per motius racionals. L'empaquetat, les ofertes i els rètols són elements de persuasió que sovint ens empenyen a comprar coses que no necessitem o en quantitats no ajustades al nostre consum. Per tal de preparar bé la compra, "Som Gent de Profit" ens ajuda a fer la llista abans de sortir de casa, amb una aplicació molt visual i intuïtiva que ens facilitarà molt la vida quan arribem al punt de venda. A més, es recomana consumir productes frescos i de proximitat sempre que sigui possible.

Receptes a mida. I tant si tenim la nevera plena com si la tenim buida, amb el receptari per al reaprofitament dels aliments serà molt fàcil cuinar aprofitant els aliments que tenim disponibles. Tant si introduïm directament els aliments de què disposem per cuinar com si mirem directament les receptes que ens proposa "Som Gent de Profit", en un tres i no res podem preparar compota de cebes i prunes, torrades de Santa Teresa, galetes de plàtan, caviar d'albergínia i així fins a un centenar d'alguns plats de tota mena i amb els ingredients més variats, amb graus de dificultat i temps de preparació adaptats a les nostres necessitats. Amb un llenguatge molt planer, cada recepta conté el detall dels ingredients, una explicació i suggeriments per combinar els plats i les postres amb d'altres receptes que també podem trobar a l'aplicació.

I si sou a casa que prepareu el dinar o heu anat al mercat a comprar i de



L'app gratuïta de "Som Gent de Profit" i el seu web ofereixen consells per no malbaratar aliments i aprofitar-los al màxim.

sobte us assetgen dubtes sobre la caducitat dels aliments, si van a la nevera o al rebost o quins aliments es poden congelar i quins hem de consumir aviat, l'aplicació per a dispositius mòbils i la pàgina web tenen un accés directe al llistat de consells per no deixar perdre ni un bocí del menjar que tenim a casa i per fer una compra intel·ligent i, sobretot, ètica i responsable. Fent un petit repàs a tots els consells –vegeu les pàgines 42-43 d'aquest número– ens adonarem que es tracta



de petits gestos i detalls molt fàcils de dur a la pràctica, però que fins ara no els hem donat gens d'importància, bé perquè no ens hem aturat a pensar les conseqüències de les nostres actituds amb relació al menjar, bé perquè hem considerat que llençar menjar és una pràctica habitual a la nostra societat, i per tant, sense transcendència.

Televisió i internet. Els joves són el col·lectiu que té més *problemes* per organitzar-se a l'hora de comprar i cuinar. Potser per falta de temps, però sobretot, per manca d'experiència. És per això que la campanya "Som Gent de Profit" ha fet un esforç especial per arribar als joves. Les xarxes socials i els mitjans de comunicació són clau en aquest sentit. Una bona carta de presentació és la cançó especial per a la campanya que ha fet el grup Very Pomelo, que es pot descarregar en mp3 i veure'n el videoclip a Youtube i a www.somgentdeprofit.cat.

A més a més, a partir del mes vinent i fins al març, TV3 emetrà dos capítols de tres minuts cada setmana, en què l'espectador veurà un personatge famós en el seu dia a dia fent gestos de

profit, d'altres persones cuinant alguna de les receptes o explicant alguns trucs per gestionar eficientment els residus que generem a la cuina. Cada capítol, presentat amb un llenguatge divulgatiu i molt allunyat de tecnicismes, estarà farcit de dades d'impacte amb relació al malbaratament alimentari, i curiositats i trucs que tothom podrà dur a la pràctica sense dificultats. Tot plegat, seguint el fil conductor dels consells que podem trobar en qualsevol moment al web i l'app

de la campanya.

Amb tota la informació accessible en qualsevol moment i des de qualsevol lloc, malbaratar el menjar no serà una qüestió de falta d'informació.

La campanya “Som Gent de Profit” convida els ciutadans i les entitats a signar un manifest virtual, un decàleg d’actituds i comportaments que cal tenir en compte per aconseguir una llista d’objectius per combatre el malbaratament.

Un compromís de profit



La campanya “Som Gent de Profit” fa un pas més enllà i, al marge de les accions publicitàries, proposa que els ciutadans es comprometin personalment a contribuir a la reducció del malbaratament alimentari a casa nostra signant el “Manifest de Profit”. A través del web <http://somentdeprofit.cat/> els ciutadans i les entitats es comprometen a tenir en compte en la seva vida diària un decàleg d’actituds i comportaments envers el consum d’aliments que contribuiran de manera decisiva a fer revertir una tendència alarmant. De fet, els experts assenyalen que, si no es posa fre a aquest malbaratament, abans del 2020 s’haurà duplicat el nombre de tones de menjar que cada any aboquem al contenidor.

El manifest recorda que “malbaratant aliments llencem els diners que ha costat produir-los, malgastem els

recursos naturals invertits i desaproveitem un bé molt valuós, un fenomen que és d’abast global i que per tant, també ens afecta a casa nostra”, i proposa als signants “un compromís de lluita contra el malbaratament alimentari” que requereix responsabilitat a l’hora de comprar, cuinar, conservar, menjar i llençar els residus que generem.

Si us animeu a signar el manifest, prendreu un seguit de compromisos fàcils d’assumir però que canviaran radicalment la vostra relació amb els aliments:

■ SOM GENT DE PROFIT

Les persones i entitats que donem suport a aquest manifest estem plenament conscienciades sobre els perjudicis del malbaratament alimentari en la nostra societat.

■ FEM COMPRA DE PROFIT

Fomentem i divulguem les bones pràctiques a l’hora de fer una compra planificada i responsable.

■ MENGEM PRODUCTES DE PROFIT

Prioritzem els aliments frescos, de proximitat i de temporada. Valorem els aliments per la seva capacitat d’alimentar persones, per sobre del seu aspecte o valor econòmic. Tenim cura de conservar bé els aliments per evitar que es facin malbé.

■ GENEREM RESIDUS DE PROFIT

Practiquem i fomentem el reciclatge de tot tipus de residus i de la fracció orgànica en particular.

■ TENIM ACTITUD DE PROFIT

Tenim i fomentem una actitud positiva i lluitadora contra el malbaratament dels aliments. Totes les iniciatives que promovem van dirigides a reduir-lo.

■ ELABOREM CUINA DE PROFIT

Atorguem als aliments el valor real que tenen a través de la passió pels productes frescos, la cuina i la bona alimentació com a valors imprescindibles en la lluita contra el malbaratament. Cuinem amb cura i amb mesura. Aprofitar al màxim els aliments és un valor cultural i forma part de la nostra cultura gastronòmica.

■ COMPARTIM INFORMACIÓ DE PROFIT

Documentem i elaborem totes les nostres actuacions, amb informació contrastada, rigorosa i útil. Ens informem i compartim informació sobre bones pràctiques i experiències d’aprofitament d’excedents d’aliments al nostre entorn.

Càstig dur al medi ambient

El malbaratament alimentari no sols té impacte en la qualitat de vida de les persones i l'economia, també deixa una petjada ecològica de conseqüències irreversibles per a les generacions presents i futures. El clima, la biodiversitat, el sòl i l'aigua són recursos sense els quals la humanitat no sobreviuria perquè no podria produir aliments, però són receptors directes de l'impacte que causa el fet de perdre durant la seva producció o abocar a les escombraries 1.300 milions de tones de menjar cada any. Un informe de la FAO en aquest sentit alerta que el malbaratament és responsable d'afegir cada any 3.300 milions de tones de gasos d'efecte d'hivernacle a l'atmosfera, una xifra que equival a l'emissió anual de CO2 de l'Índia, Alemanya i el Canadà, i que té un impacte econòmic directe de 750.000 milions de dòlars.

L'informe assenyala punts crítics per sectors de producció. Per exemple, el malbaratament de cereals al continent asiàtic, que té greus conseqüències pel que fa a les emissions de gasos contaminants i a la disponibilitat d'aigua i de sòl per conrear. El cas de l'arròs és

El malbaratament alimentari té conseqüències greus sobre el clima, l'ús de l'aigua, el sòl i la biodiversitat, recursos imprescindibles perquè la humanitat pugui alimentar-se. És una roda enverinada que agreuja la situació de gairebé 1.000 milions de persones que no tenen accés a una alimentació correcta.

particularment nociu per les emissions de metà que genera. El sector carni té un gran impacte en termes d'ocupació del sòl i la petjada de carboni, especialment en els països d'ingressos elevats i Amèrica Llatina, que en conjunt abasten el 80% del total de malbaratament de carn. Per altra banda, el malbaratament de fruita contribueix de manera significativa al malbaratament d'aigua a Àsia, Europa i Amèrica Llatina, mentre que els grans volums de malbaratament d'hortalisses en els països industrialitzats d'Àsia, Europa i el sud i sud-est d'Àsia es tradueixen

en una gran petjada de carboni per a aquest sector.

Els nivells més alts de rebuig d'aliments en les societats riques deriven d'una combinació del comportament dels consumidors i de falta de comunicació en la cadena de subministrament. Als països en desenvolupament, les pèrdues després de la collita en la fase inicial de la cadena de subministrament són la causa principal, com a conseqüència de les limitacions financeres i estructurals en tècniques de recol·lecció i en infraestructura de transport i emmagatzematge, al costat de condicions



El conreu d'arròs consumeix grans extensions de terreny i d'aigua, i genera metà, un gas contaminant. Per això el seu malbaratament és més greu.



El malbaratament domèstic d'aigua se suma al que es genera durant la producció dels aliments.

climàtiques que afavoreixen el deteriorament dels aliments. El programa de l'ONU per al Medi Ambient (PNUMA) assegura que una de cada quatre calories produïdes pel sistema agrari global es perd o rebutja, un fet que agreuja la capacitat del planeta de reduir la fam i satisfer la demanda alimentària d'una població en ràpid creixement, que, segons aquest organisme, el 2050 serà un 60% més elevada que avui si es manté la tendència de creixement poblacional i despesa energètica per càpita.

Una altra dada reveladora: amb l'aigua rebutjada en el procés de producció dels aliments es podrien omplir 70 milions de piscines olímpiques, mentre que l'extensió de terra necessària per produir el menjar desaprofitada equivaldria a un territori de la mida de Mèxic. Cal tenir en compte que només el 3% de l'aigua del planeta és dolça, i d'aquesta només és potable una part molt petita. El creixement de la població i dels nuclis urbans, la contaminació per l'ús de pesticides en l'agricultura o de productes tòxics en la indústria, la sobreexplotació o la salinització dels aqüífers se sumen a la despesa d'aigua associada al malbaratament alimentari en un còctel explosiu que posa en perill el bé més preuat i necessari per a la vida humana i de tots els ecosistemes. Així, segons l'ONU, la

producció global d'aliments requereix un 25% de la superfície habitable del planeta i un 70% de consum d'aigua, és responsable del 80% de la desforestació i d'un 30% de les emissions globals de gasos d'efecte d'hivernacle.

Accions necessàries. Revertir a curt termini aquesta situació no és possible. Demana un canvi d'hàbits i de mentalitat de societats senceres que necessita maduració i en alguns casos, inversió econòmica. Però la FAO proposa intervencions en tres nivells que tenen influència directa en el malbaratament i que podrien reduir l'impacte ambiental. D'entrada, recomana que més enllà de limitar les pèrdues de cultius en les granges a causa de les males pràctiques, es faci un esforç més gran per equilibrar la producció amb la demanda per tal d'evitar al màxim la producció innecessària d'aliments. Però si efectivament es produeix un excedent d'aliments, cal treballar per la reutilització dins de la cadena alimentària humana, la recerca de mercats secundaris o donar-los als col·lectius vulnerables de la societat. En aquest punt hi juguen un paper molt important les empreses productores d'aliments i les cadenes de distribució, que en alguns casos fan donacions dels productes que estan a punt

de caducar, però en d'altres els aboquen al contenidor sense miraments. I si la reutilització no és possible, la FAO fa una crida a intentar el reciclatge i la recuperació: el reciclatge de subproductes, la digestió anaeròbica, el compostatge i la incineració amb recuperació d'energia permeten recuperar energia i nutrients dels residus d'aliments, una pràctica que representa un avantatge significatiu respecte a llençar-los als abocadors, perquè els aliments no consumits que acaben podrint-se en els abocadors són un gran productor de gas metà. Ara bé, la FAO és conscient que per canviar aquesta tendència cal fer un treball col·lectiu en què s'impliquin organitzacions internacionals, agricultors i pescadors, processadors d'aliments i supermercats, Governos locals i nacionals i consumidors particulars, perquè els canvis són necessaris en totes les baules de la cadena alimentària.

Una oportunitat? Ara bé, l'ONU també considera que el malbaratament alimentari pot ser una oportunitat perquè els països facin una transició cap a una economia verda inclusiva, de baixes emissions de carboni i eficient en l'ús dels recursos. Quan l'home i la naturalesa mateixa s'enfronten a riscos cada vegada més grans, es poden trobar vies per aconseguir un desenvolupament sostenible per a tot el planeta, que passa per conciliar creixement econòmic, el progrés social i la resposta als grans reptes ambientals, integrant de manera més eficaç els tres pilars del desenvolupament sostenible: l'ambiental, l'econòmic i el social. De fet, els caps d'Estat dels 190 països que van participar l'any 2012 a la Cimera de Rio +20 van donar llum verd a un decàleg per impulsar una economia verda sostenible i encaminada a eradicar la pobresa amb què, sobre el paper, es comprometien a mirar d'atendre les necessitats de tots els ciutadans, promoure la distribució equitativa de la riquesa i de les oportunitats per a la generació de renda i l'accés als béns i serveis públics, assegurant unes condicions de vida dignes per a tota la població.