







Día mundial de la alimentación



¿Qué es un sistema agroalimentario sostenible?

Es aquel en el que se dispone de una variedad de alimentos suficientes, nutritivos e inocuos a un precio asequible para todos, y en el que nadie tiene hambre ni sufre ninguna otra forma de malnutrición. Los alimentos que elegimos y la forma de producirlos, prepararlos, cocinarlos y almacenarlos nos convierten en parte integral y activa del funcionamiento de un sistema agroalimentario.

Los sistemas agroalimentarios emplean a 1000 millones de personas en todo el mundo, más que cualquier otro sector económico.

Nuestra forma de producir, consumir y, lamentablemente, desperdiciar alimentos le cobra un precio muy alto a nuestro planeta, ejerciendo presión innecesaria en los recursos naturales, el medio ambiente y el clima.



Los sistemas agroalimentarios actuales están exponiendo desigualdades e injusticias profundas en nuestra sociedad mundial.



Unos 3000 millones de personas no pueden permitirse dietas saludables, mientras que el sobrepeso y la obesidad continúan aumentando en todo el mundo.

Desde 1979 se conmemora el Día Mundial de la Alimentación. celebración promovida por la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), con el objetivo de disminuir el hambre en el mundo.

> En el mundo 672 millones de adultos y 124 millones de menores son obesos y 40 millones de niños menores de 5 años tienen sobrepeso.

> Esto se debe principalmente a un cambio en la dieta de las personas, sobre todo las que residen en ciudades.

En los últimos años la comida rápida, los alimentos ultraprocesados y los azúcares refinados sumados al sedentarismo han traído como consecuencia que la mala alimentación sea la principal causa de muerte y discapacidad en la actualidad.

¿Cómo llevar una alimentación sana?

Podemos apostar por las comidas hechas en casa y ayudar a los productores locales a seguir generando vegetales, frutas y verduras, ricas en vitaminas y minerales.































