Día Mundial de la alimentación
Crear conciencia sobre la importancia de un estilo de vida saludable y sostenible

16 de octubre de 2021

Los alimentos que elijas y su forma de consumo afectan a nuestra salud y a la de nuestro planeta
FAO, 2021

En 1979 la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la alimentación -FAO-, proclamó el 16 de octubre como el Día Mundial de la alimentación con la finalidad de "concientizar a los pueblos del mundo sobre el problema alimentario mundial y fortalecer la solidaridad en la lucha contra el hambre, la desnutrición y la pobreza".

Cuando las personas y seres vivos se alimentan esto conlleva la complejidad de un sistema agroalimentario que involucra no solo a la alimentación en si, sino la forma de producirlos, prepararlos, cocinarlos y almacenarlos, todo esto forma parte del sistema (FAO, 2021).

La alimentación a su vez se relaciona con otros temas como: la afectación a las personas por uso de químicos, los mecanismos de producción, el trabajo, la pobreza, el sobrepeso, el cambio climático, entre otros; discusiones que son expuestas por la FAO a través de algunas cifras:

- Más de 3.000 millones de personas (casi el 40%) no puede permitirse una dieta saludable.
- El sistema agroalimentario emplea a 1.000 millones de personas en el mundo.
- Casi 2.000 millones de personas padecen sobrepeso u obesidad por la mala alimentación y vida sedentaria. Y los costos por atención sanitaria pueden superar el 1.3 billón de dólares en el 2030.
- Los pequeños productores producen mas del 33% de alimentos del mundo.
- Un 20% más de mujeres que de hombres entre 25 y 34 años viven en la pobreza extrema y más del 18% de las mujeres indígenas viven con menos de $1,90 al día.
- Los sistemas alimentarios del mundo son responsables de más del 33% de las emisiones antropogénicas de gases de efecto invernadero.
- El 14% de alimentos del mundo se pierden debido a los inadecuados procesos de recolección, manipulación, almacenamiento.
- El 17% de alimentos del mundo se desperdician por parte de los consumidores.
- El cambio climático afecta a: la población rural pobre, al rendimiento o la productividad agrícola y puede contribuir a cambiar la composición de nutrientes de la tierra.
- La biodiversidad está sufriendo y los suelos se están degradando como resultado de la agricultura intensiva.

Todos estos datos son alarmantes, y nos están previniendo desde hace varias décadas, por lo que es importante que se continúen generando acciones sostenibles desde los diferentes actores de este gran Sistema: los Estados, la sociedad en general, la academia, los organismos internacionales, y la empresa privada.

En el Ecuador se identifican la siguiente información:

- El 35% de niñas y niños entre 5 y 11 años tienen sobrepeso (36,9% urbano y 32,6% rural) (INEC, Período de referencia 2018) (INEC, 2011-2012).
- El 58,8% de los hogares tiene capacidad de ahorro, mientras el 41,1% de hogares tiene mayores gastos que ingresos (INEC, 2011-2012).
- El 24,4% del gasto de los hogares es destinado a la adquisición de alimentos y bebidas no alcohólicas (ibíd.)
- El 5,7% de la población se encuentra en pobreza extrema; el 25% en pobreza por consumo y el 35,8% en pobreza por necesidades básicas insatisfechas. (INEC, 2006-2014)
- El 49,7% de la población de 5 años y más tiene sobrepeso (ibíd.)
- El 41% de hogares tiene dificultades para conseguir alimentos diariamente (Banco de alimentos Quito-BAQ).
- Se desperdicia alrededor de 46.655 toneladas de alimentos cada año y se pierde 939.000 toneladas (FAO, tomado de BAQ).

Los datos a nivel mundial y nacional nos permiten observar que el mundo requiere que todas y todos contribuyamos, es así como la FAO plantea algunos temas que se indican a continuación (FAO, 2021):

- **Los gobiernos** deben generar políticas públicas que incluyan presupuestos para que los *"sistemas agroalimentarios sean sostenibles y respetuosos con la naturaleza, más inclusivos y reciliente*" (FAO, 2021); además de generar incentivos para una agricultura orgánica y sostenible.
- **El sector privado**, tiene que ser corresponsable y ofertar productos nutritivos y accesibles; trabajar para que durante los procesos de producción, transporte y venta se desperdicie lo menos posible.
- **Los agricultores**, deben ser respetuosos con los recursos naturales, adoptar prácticas agrícolas sostenibles; mejorar la gestión del agua, reducir la erosión restaurar pastos degradados con plantas propias de la zona.
- **La academia**, puede apoyar en la generación de estudios e información para la toma de decisiones.
- **La sociedad en general** debe comenzar a cambiar los hábitos de consumo para obligar al mercado a proveer productos nutritivos, que respeten la vida y que no contribuyan en la generación de problemas relacionados con: la salud, daños al medio ambiente, contaminación, entre otros.

Existen muchos retos para todos los actores del Sistema, por eso el día de hoy el Consejo de Protección de Derechos del DMQ, se une a los cientos de entidades y organismos a nivel mundial que se convocan para hacer conciencia sobre la importancia de un estilo de vida saludable y sostenible.

No dejes pasar ni un minuto más y empieza hoy.

Bibliografía

FAO. (octubre de 2021). *FAO, ODS*. Obtenido de https://www.fao.org/world-food-day/es

INEC. (2021 de 2011-2012). *Ecuador en cifras.* Obtenido de Principales Resultados: Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos (ENIGHUR) 2011- 2012: https://www.ecuadorencifras.gob.ec//documentos/web-inec/Estadisticas_Sociales/Encuesta_Nac_Ingresos_Gastos_Hogares_Urb_Rur_ENIGHU/ENIGHU-2011-2012/EnighurPresentacionRP.pdf

INEC. (2021 de Período de referencia 2018). *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición.* Obtenido de Ecuador en cifras: https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Estadisticas_Sociales/ENSANUT/ENSANUT_2018/Principales%20resultados%20ENSANUT_2018.pdf

INEC. (2021 de 2006-2014). *Ecuador en cifras.* Obtenido de Infografía: Encuestas de condiciones de vida: https://www.ecuadorencifras.gob.ec//documentos/web-inec/ECV/ECV_2015/documentos/Infografia_ECV.pdf

Banco de alimentos Quito-BAQ. (s.f.). Obtenido de Banco de Alimentos Quito: https://baq.ec/dato-que-alimentan/