

Perspectivas en Nutrición Humana



Escuela de Nutrición y Dietética
de la Universidad de Antioquia
Vol. 23, N.º 2, julio-diciembre de 2021

Teresita Alzate-Yepes¹; Diana María Orozco-Soto²

La pérdida y desperdicio de alimentos (PDA) se ha convertido en una problemática a nivel mundial, nacional y local, a la cual debe prestársele gran atención debido a las repercusiones que actualmente está ocasionando. No obstante, antes de ahondar en ello, debe aclararse que “si los alimentos se descartan en cualquiera de las fases previas al consumo, se trata de pérdida de alimentos; pero si la reducción se produce en la fase final, de consumo, es desperdicio” (1, p. 1). También, resulta relevante aclarar desde el inicio que existen dos enfoques desde los cuales se puede abordar la PDA, desarrollados por diferentes entidades según su postura sobre el tema, ambos enfoques se desarrollan a continuación:

- **Enfoque nutricional:** cuando se analiza la PDA desde una visión nutricional, se habla de que los alimentos que se pierden o desperdician no cumplen su función principal de nutrir a los humanos, y por ello, lograr su reducción puede ser un paso importante para combatir el hambre y mejorar el nivel de nutrición de las poblaciones más desfavorecidas, pues la inseguridad alimentaria se puede disminuir mediante el aprovechamiento de alimentos que, aunque son perfectamente comestibles, son descartados por sus condiciones estéticas y de calidad por los minoristas y consumidores, situación que convierte a la PDA en un problema de seguridad alimentaria (1,2).

1 Directora de la revista *Perspectivas en Nutrición Humana* y líder del Grupo de Investigación Interdisciplinaria en Educación para la Salud y Educación Nutricional GIISEN. Ph. D. en Acciones Pedagógicas y Desarrollo Comunitario. MSc en Educación. Profesora titular de la Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad de Antioquia (UdeA). Cra. 75 N.º 65-87, Medellín, Colombia. teresita.alzate@gmail.com.

2 Coordinadora grupo de investigación en Gestión de Servicios de Alimentación y Nutrición a Colectividades GES-ANC. ND. MSc. Profesora asociada de la Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad de Antioquia (UdeA). Cra. 75 N.º 65-87, Medellín, Colombia. diana.orozco@udea.edu.co



Este enfoque nutricional es el adoptado por la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO, por sus siglas en inglés), lo cual tiene repercusiones en los conceptos que utiliza, y hace distinción entre el desperdicio y la pérdida de alimentos de acuerdo con la fase de la cadena alimentaria en la que los alimentos dejan de estar destinados a su propósito principal, tal como se mencionó anteriormente.

- **Enfoque ambiental:** la PDA también conlleva consecuencias ambientales y económicas muy significativas, en la medida en que influye en la emisión de gases de efecto invernadero y en el consumo de agua, tierra, energía y recursos marinos, todos ellos recursos naturales finitos utilizados para la producción de alimentos que no se consumen (1-3). Este enfoque, adoptado por la Unión Europea, se apalanca desde la categoría específica de desechos que pueden ser contaminantes o incidir en la calidad del medio ambiente, perspectiva que aboga por la prevención y la gestión adecuada de los desechos, pues la PDA representa una gran oportunidad de revisar el modelo de producción y consumo actual por parte de países, sector empresarial y ciudadanos, con la intención de hacerlo más sostenible en aras de contribuir al cumplimiento de la Agenda 2030 de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de la Organización de las Naciones Unidas (ONU). Específicamente en el ODS 12 “Producción y Consumo Responsables”, meta 12.3, que busca reducir a la mitad el desperdicio de alimentos per cápita a nivel mundial y reducir la PDA en toda la cadena agroalimentaria (3).

La PDA representa alrededor de un tercio de los alimentos producidos para consumo humano, proporción que supone aproximadamente 1300 millones de toneladas anuales. Por su parte, “en América Latina y el Caribe (ALC) se pierden y desperdician cada año 127 millones de toneladas de alimentos, el 34 % de todo lo producido y el equivalente a 22 kg per cápita” (3, p. 2), mientras que al año

en Colombia aproximadamente se pierde y se desperdician el 34 % de los alimentos (9,76 millones de toneladas), siendo el 22 % (6,22 millones toneladas) lo que se pierde, y el restante 12 % (3,5 millones) lo que se desperdicia; además, aproximadamente el 58 % del gran total (6,1 millones) de toneladas corresponden a frutas y verduras” (2, p. 5).

Las pérdidas y desperdicios de alimentos “pueden ocurrir en todos los eslabones de la cadena alimentaria: en la granja, en las industrias de procesamiento, en la fase de distribución, en comedores, restaurantes y en los hogares de los propios consumidores” (1). Para el caso de América Latina y el Caribe, los eslabones de la cadena en los que más se pierden y desperdician alimentos corresponden al nivel de producción (28 %) y otro tanto, al del consumidor (28 %) (2). Esta situación también se asemeja a la presentada a nivel nacional, en la que los “eslabones con mayor participación en la pérdida y desperdicio de alimentos, [son] la producción (40,5 %), distribución y consumo (36 %)” (4, p. 7).

Las pérdidas en la etapa de distribución (2) pueden derivarse de un aumento de la producción alimentaria, de un transporte inadecuado a los centros de consumo, mayor exigencia estética

del mercado sobre los productos que se compran para consumir, mayores tiempos de distribución asociados a las condiciones de transporte, ineficiencias en la gestión de almacenes e inventarios, daños en el embalaje, estrategias de marketing (2 al precio de 1) que promueven compras excesivas y fallas en la cadena de frío durante el proceso, entre otros. Esto sucede con mayor frecuencia en países de bajos ingresos, que no poseen la capacidad suficiente para transportar, transformar y conservar alimentos frescos, especialmente productos como frutas, verduras, carne, pescado y leche, que se pueden deteriorar fácilmente.

Por su parte, el *desperdicio de alimentos en la etapa de consumo* es quizás uno de los retos más grandes, tanto en el hogar (2) como en los servicios de alimentación, cafeterías o restaurantes, pues es allí que se encuentran grandes deficiencias en relación con la producción de preparaciones, estandarización de porciones de servida, combinación y formas de presentación del plato, por mencionar algunos puntos críticos. Esto afecta el consumo real de alimentos por parte del comensal final, el cual puede también estar influenciado por los hábitos y la cultura alimentaria, por los gustos y preferencias, por el desconocimiento acerca de distintos alimentos y sus formas de preparación, combinación, presentación y métodos de conservación adecuados, entre otros. Conocer las causas de la generación de desperdicios en los servicios de alimentación y en cuál de las operaciones ocurren es de gran relevancia para tomar acciones efectivas que contribuyan a su reducción, de ahí la importancia de los resultados de estudios como el que presentamos en este número, titulado “Cuantificación de desperdicio de alimentos en servicios de alimentación de la Universidad de Costa Rica”.

En cuanto a los servicios de alimentación (1) o restaurantes, y más cuando se ofrecen en modo bufé, es claro que en muchos de ellos se ofrece comida en exceso, con grandes porciones de alimentos en sus menús, incluso más de lo que las personas pueden y deben comer, además de que algunos generan promociones como dos por uno, tres por uno, entre otras, que incitan al consumo desmedido de productos, y que, en muchas ocasiones, terminan contribuyendo a aumentar la cantidad de desperdicios.

Ahora bien, otra situación que en servicios de alimentación contribuye a la generación de desperdicios de alimentos, y que está más relacionada con su propia operación, es la producción no programada de alimentos o producción en masa, en cuyo caso, si los productos no son “vendidos”, pueden terminar como desechos del restaurante, lo que se traduce en pérdida de capital para el servicio, pero también en una afectación importante del medio ambiente en su proceso. Por tanto, desde hace algunos años, con especial fuerza en Europa, se está promoviendo la figura de “restaurantes sostenibles”, en el marco de los ODS, en los que se incentiva la adopción de estrategias como la gestión de proveedores para compra local de insumos, la producción planeada, la gastronomía sostenible con uso de ingredientes autóctonos, las redes de donación de productos no vendidos y otras estrategias similares.

Debido a los resultados que reflejan las dos perspectivas de análisis, así como los eslabones de producción de la PDA, el llamado urgente es a que las mismas fuentes de pérdida y desperdicio

también pueden contribuir a su disminución, mediante la producción y el consumo responsable, en tanto favorezcan, por un lado, la adecuación en todo el proceso de producción, transporte, almacenamiento y distribución y, por otro, faciliten al consumidor final alternativas en la oferta de sus productos, tales como menús selectivos que permitan ajustar las cantidades y porciones de alimentos que serán consumidos, las opciones de compra por componentes (sopa, carne, ensalada, bebida, entre otras); la posibilidad de “servir medias porciones”, el uso de productos locales en sus menús; la posibilidad de empacar para llevar los alimentos no consumidos en la mesa; la oferta de productos diferenciados para vegetarianos, personas alérgicas o con dietas especiales; y aportar con educación alimentaria y nutricional tanto a los productores, comercializadores, procesadores y distribuidores como a los comensales.

Por lo anterior, es necesario y urgente educar al consumidor desde todos los ámbitos (escuela, colegio, universidad, empresa, mercado, instituciones de salud e industria), para que realice una compra más consciente tanto de alimentos para el hogar como de productos elaborados o comidas preparadas, lo cual implica que pueda realizar una mejor planificación de las compras, con mayor conocimiento de los productos, su uso y formas de aprovechamiento, métodos de conservación y empaques adecuados, así como tener una mejor comprensión de las etiquetas nutricionales e indicaciones de consumo, como “consumir preferentemente antes” y “consumir antes de”. Igualmente, que su compra sea consistente con su ritmo de vida, capacidad de conservación y preparación de alimentos en casa, y con las cantidades de alimentos servidas, recomendadas según sus propias necesidades y no las del mercado.

Se han realizado acciones a nivel mundial, regional y nacional para promover la reducción de la PDA; vale la pena mencionar las organizaciones que han sido partícipes importantes en ello:

- La Unión Europea se encuentra actualmente en la Directiva Marco de Residuos, que asume los ODS de las Naciones Unidas y establece como una de sus metas “reducir a la mitad el desperdicio de alimentos para el 2030” (1).
- El Banco Interamericano de Desarrollo (BID), con el fin de contribuir a reducir la PDA, lanzó en 2018 la plataforma #SinDesperdicio, aprovechando los esfuerzos de los sectores público, privado y de la sociedad civil para impulsar cuatro ejes de trabajo: 1) proyectos innovadores, 2) políticas públicas a nivel nacional y local, 3) generación de conocimiento y 4) hábitos de consumo responsable (3).
- América Latina y el Caribe ha asumido el compromiso de reducir a la mitad su PDA per cápita para el año 2025, en el marco del Plan de Seguridad Alimentaria, Nutrición y Erradicación del Hambre de la Comunidad de Estado Latinoamericanos y Caribeños (CELAC) (3).
- En países como Argentina, Brasil, Chile, Costa Rica, Colombia, Comunidad del Caribe, Cuba, Ecuador, México, República Dominicana y Uruguay se han llevado a cabo acciones que tienen que ver con la cuantificación de la PDA a nivel nacional, la puesta en marcha de políticas de sensibilización y educación, el apoyo técnico a agricultores o la promoción

de la colaboración entre los distintos grupos de interés (gobiernos, empresas, bancos de alimentos o pequeños productores), entre otras (3).

- Existen iniciativas particulares del sector privado que han sido importantes en la consecución de los objetivos que marcan la agenda global, pues no solo tienen beneficios claros para el planeta y para las personas, sino que también representan un *business case* para aquellas empresas que consiguen capturar las oportunidades asociadas a la gestión de las PDA (3). Un estudio realizado por el World Resources Institute (WRI) y el Waste and Resources Action Program (WRAP) mostró que el 99 % de las empresas que invirtieron en la gestión de la PDA obtuvieron un retorno financiero positivo que se traducía en un beneficio de 14 dólares por cada dólar invertido en aspectos como la sensibilización y formación del personal, la identificación de la PDA (inventarios), su cuantificación y la innovación en el envasado.
- Otras motivaciones para que el sector empresarial haga frente al reto están relacionadas con la seguridad alimentaria, pues la gestión de la PDA no solo contribuye a aumentar la cantidad de alimentos disponibles para el consumo humano, sino también a que estos sean seguros y que mantengan sus características nutricionales gracias a una mayor eficiencia de las cadenas de valor de los productos (3).

Sin duda, sigue siendo urgente tomar medidas más visibles y efectivas para la reducción de la PDA, tales como la generación y aplicación efectiva de políticas públicas a nivel nacional, regional y local, que permitan que desde productores hasta consumidores puedan realizar una gestión eficiente de los alimentos, así como su uso efectivo y adecuado para el consumo humano, y que favorezcan la producción responsable, el transporte y distribución de los productos en condiciones de calidad, la compra local y moderada, entre otros (3). Todo esto debe acompañarse de procesos de “reeducación” a todos los actores del proceso: productores, distribuidores, consumidores y recicladores (4).

Tomando en consideración los hechos y las demandas de solución a la problemática que representan las PDA, estas se convierten en retos de política pública y también relacionados con la ciencia y la academia, pues son profesionales de diferentes disciplinas, sectores y áreas quienes deben aportar propuestas e iniciativas pertinentes e innovadoras respecto a la solución de los puntos críticos y nichos polémicos que los generan. El profesional de la nutrición es uno de ellos, y se convierte en un protagonista que debe empoderarse para participar y empoderar mediante estrategias de información, comunicación y educación a quienes tienen injerencia directa en la problemática para tomar consciencia y promover la generación de prácticas adecuadas y sostenibles, además de contextualizadas social y culturalmente.

A modo de conclusión y retomando las consideraciones mencionadas anteriormente, se resumen a continuación algunas de las recomendaciones más destacadas para contribuir a la

reducción de la PDA en la etapa de consumo, que es quizás el punto en el que mayor injerencia podría tener el nutricionista dietista, tanto en procesos de educación nutricional, intervención desde el área de los servicios de alimentación y nutrición como en el acompañamiento a la gestión de la seguridad alimentaria y nutricional en diferentes entornos:

1. Diseñar una metodología estandarizada para la cuantificación de desperdicios en plazas de mercado, industrias alimentarias, hoteles, restaurantes, y que esta sea validada por expertos (2), que permitan gestionar estrategias de intervención pertinentes para el contexto determinado.
2. El control de porciones de servida es una necesidad clara, tanto en el hogar como en servicios de alimentación. Particularmente, en estos últimos la legislación tiene a su alcance el diseño de incentivos a los restaurantes para que cambien su oferta desbalanceada y el contenido calórico de alimentos, y procuren introducir simultáneamente tamaño de porciones y horario de venta más adecuados (4).
3. Promover hábitos de consumo responsables con la población general es relevante para estimular cambios de comportamiento entre consumidores por medio de programas y campañas orientados a educar sobre la PDA y su gestión, tanto del consumo en el hogar como fuera de este (3).
4. Promover que en los hogares cuenten con una planeación del menú semanal, para comprar los alimentos responsablemente, sin gastar más de lo necesario ni consumir más de lo debido. Así mismo, educar sobre el consumo de alimentos en fechas cercanas a su vencimiento; poner los productos recién comprados detrás de los más antiguos (que deben consumirse primero) y comprar frutas y verduras en su momento de temporada, todo lo cual favorece la economía familiar, la salud de las personas y contribuye a evitar el despilfarro de alimentos (2).
5. Compartir espacios de aprendizajes con personas y grupos específicos, mecanismos y métodos de selección, compra y preparación para aprovechar al máximo los alimentos, especialmente frutas y verduras, combinando lo ancestral con lo actual, lo convencional con lo alternativo, teniendo como premisa la comprensión de los procesos y sus implicaciones, hasta concebir incluso “recetas inusuales” elaboradas con partes comúnmente desechadas de los alimentos, puesto que podrían favorecer la soberanía y seguridad alimentaria de las poblaciones además de reducir el desperdicio alimentario (4).

Referencias

1. Hidalgo M, Martín-Marroquín JM. El desperdicio de alimentos, un problema global. *IndustriAmbiente: gestión medioambiental y energética* [Internet]. 2020. [Citado diciembre de 2021]. Disponible en: https://www.industriambiente.com/media/uploads/noticias/documentos/AT_Desperdicios_alimentarios.pdf
2. Anaya MM, Pechene CJ. Estado actual de los desperdicios de frutas y verduras en Colombia [Internet]. 2017. [Citado diciembre de 2021]. Disponible en: <https://revistas.utp.ac.pa/index.php/memoutp/article/view/1493/2174>
3. Ruiz E, Moreno J, Suárez R. Buenas prácticas corporativas en materia de reducción de pérdidas y desperdicios de alimentos en América Latina y el Caribe. Banco Interamericano de Desarrollo (BID) [Internet]. 2019. [Citado diciembre de 2021]. Disponible en: https://publications.iadb.org/publications/spanish/document/Buenas_pr%C3%A1cticas_corporativas_en_materia_de_reducci%C3%B3n_de_p%C3%A9rdidas_y_desperdicios_de_alimentos_en_Am%C3%A9rica_Latina_y_el_Caribe_es_es.pdf
4. Alfonso ÓA, Ospino L, Amorocho KJ, Barreto DL, Chávez JV, Echeverri CA, et al. Aportes a la política para prevenir la pérdida y el desperdicio de alimentos en Colombia [Internet]. 2021. [Citado diciembre de 2021]. Disponible en: <https://www.uexternado.edu.co/wp-content/uploads/2021/05/DDT6811164.pdf>