

I amb el menjar, què?

Presentació

Si el menjar és una de les nostres necessitats més bàsiques, per què es malbaraten tantes i tantes tones d'aliments cada any? Per què nosaltres llencem menjar a les escombraries mentre hi ha tantes persones al món que passen gana? Aquestes són dues de les moltes preguntes a les quals volia donar una resposta en finalitzar el meu treball de recerca.

A partir d'aquestes preguntes vaig començar a pensar els principals objectius del meu treball de recerca, que són:

- Explicar què és el malbaratament alimentari.
 - Demostrar que el malbaratament alimentari és un dels problemes mundials actuals; curiosament, ara més que mai.
 - Veure en quin moment de la cadena alimentària es malgasten més aliments.
 - Demostrar que nosaltres sí que podem fer alguna cosa per evitar aquest malbaratament.
 - Provar que ens falta coneixement sobre com conservar els aliments, com planificar la compra, etc.
 - Demostrar que un dels problemes que ajuden a incrementar aquest malbaratament és la nostra actitud com a consumidors.
-



-
- Ensenyar que amb el menjar que ens sobra podem fer una infinitat de plats nous i creatius.
 - Mostrar com funcionen els centres que proporcionen menjar a les persones que ho necessiten.
 - Mostrar si els supermercats de la zona de Palamós col·laboren amb els centres esmentats en el punt anterior.

Metodologia

El meu treball es compon de dues parts ben diferenciades:

– Primer trobarem el marc teòric, on explico què és el malbaratament alimentari, i quan i de quina manera es malbarata al món, a la Unió Europea, a Espanya i a Catalunya. A continuació apporto dues guies per tal d'acabar amb el malbaratament alimentari a les llars, juntament amb l'explicació de què és la cuina d'aprofitament. Finalment, la meua part teòrica finalitza amb una reflexió sobre quina és la nostra actitud a l'hora d'anar a comprar al supermercat.

Aquesta part serveix per instruir els lectors d'aquest treball, ja que demostro que el malbaratament alimentari és un problema actual greu que ens afecta a tots.

– Per altra banda, trobarem la part pràctica. Aquesta part m'ha servit per afirmar o negar la majoria de les meves hipòtesis inicials.

Està composta per diverses entrevistes a diferents entitats: Creu Roja, Càritas, supermercats de Palamós i l'Associació de Naturalistes de Girona.

Cos del treball

Ens referim a *malbaratament alimentari* bàsicament quan llencem menjar que encara és apte per al consum humà, ja sigui a les llars, als restaurants o als supermercats. No es considera malbaratament, en canvi, quan es llencen restes d'ossos, espines de peix o pells de verdures, que és allò que ja no es pot aprofitar després d'haver-ne fet un ús responsable. També es considera que les persones malgasten quan un aliment que serviria per alimentar una població acaba sent aliment per al bestiar, per exemple.

El malbaratament alimentari és un gran problema en els països industrialitzats, on en la majoria dels casos són tant els minoristes com els consumidors els qui desaprofiten el menjar quan encara és comestible. Aquest problema és causat perquè les persones tenim més en compte l'estètica dels aliments que el seu gust, data de caducitat o qualitat.

Podem arribar a pensar que aquest problema queda molt lluny de casa nostra, però és tot al contrari. A Catalunya es consumeixen uns 3,74 milions de tones d'aliments sòlids, dels quals se n'ingereixen 2,56 milions de tones i se'n descarten 1,18 milions de tones en forma de residus alimentaris.

L'anàlisi del malbaratament alimentari a Catalunya posa de manifest que el 58 % del malbaratament es produeix a les llars, xifra que equival a 152.000 tones d'aliments malgastats, de manera que cada persona llença uns 35 kg anuals de menjar. Per quins principals motius els catalans malbaraten tants aliments? Els més freqüents són:

- Al plat: Llençant a les escombraries aliments no ingerits, restes aprofitables o aliments caducats.
- A les llars: A causa d'una mala planificació de les compres, llençant restes de la preparació i el cuinat dels aliments, i per una interpretació errònia de les dates de caducitat o de consum preferent.
- A la restauració, càterings i col·lectius (residències, hospitals, etc.): Llençant aliments no consumits o llençant productes que no s'han sabut conservar de la manera adequada.
- Als supermercats, carnisseries, peixateries, mercats i restaurats: Llençant menjar a causa del seu aspecte o llençant productes caducats o mal conservats. També és comú llençar aliments propers a la data de caducitat o propers a la data de consum preferent.

Què podem fer per reduir el malbaratament alimentari a les llars catalanes?

Per començar podem fer una llista de la compra, així serà més fàcil i còmode anar al supermercat, ja que ho tindràs tot planejat i aniràs directe cap als productes que t'interessen.

El segon pas i el més important de tots és fixar-nos amb les dates de caducitat dels productes que volem comprar.

Finalment, és molt important guardar i conservar bé tots els aliments de la nostra compra perquè no perdin les seves propietats nutricionals, perquè no es facin malbé i perquè es redueixi el risc d'intoxicacions en el moment de consumir-los. Podem guardar els aliments a molts llocs, com a la nevera, al congelador i al rebost, però també es poden fer conserves, allargant així la durada dels productes. Si seguim tots aquests passos aconseguirem reduir considerablement el malbaratament alimentari, però encara ens quedaria un pas més, que és el de canviar la nostra actitud a l'hora d'anar al supermercat.

Una de les grans causes del malbaratament alimentari és l'actitud dels consumidors, ja que es deixen de comprar aliments de qualitat, que són aptes per al consum humà, per culpa de la seva estètica. Però, on van aquells productes que tenen una petita deformació? Van a les escombraries o als menjadors socials?

A partir d'aquí és on comença la meua part pràctica del treball. Per tal d'investigar si els centres que estan relacionats amb la repartició d'aliments reben aliments dels supermercats de la zona, vaig anar a entrevistar els encarregats de Creu Roja i Càritas.

Després de les meves entrevistes amb aquests centres, la principal conclusió que en vaig extreure va ser que cap supermercat de la zona de Palamós col·labora de manera oberta amb ells en referència a la donació d'aliments. Per tal d'investigar què feien els supermercats de Palamós, vaig anar a entrevistar els seus respectius encarregats. Els supermercats que vaig entrevistar són els següents: Lidl, Mercadona, Esclat, Aldi, Caprabo i Sorli Discau.

La conclusió que vaig extreure de les entrevistes va ser que els supermercats de Palamós llencen la majoria dels aliments a les escombraries. Tot allò que està a punt de caducar, tots aquells aliments frescos que no han pogut vendre durant el dia o tot allò que té una petita imperfecció, ho llencen a les escombraries. Només dels supermercats esmentats anteriorment col·labora amb un centre de distribució d'aliments, però no és cap dels dos centres entrevistats en el meu treball de recerca.

Conclusions

En finalitzar tota la recerca d'informació, totes les entrevistes i tot el redactat, considero que he aconseguit tots els meus objectius plantejats anteriorment, ja que:

1. He explicat què és el malbaratament alimentari i he demostrat que és un dels problemes més greus que tenim actualment.
2. He demostrat que ens falta coneixement sobre certs aspectes quan hem de conservar bé els aliments, a l'hora d'anar a comprar, etc. Per aquesta raó, també he provat que sí que podem posar el nostre gra de sorra per reduir el malbaratament.
3. A continuació, també he mostrat que la nostra actitud com a consumidors al moment d'anar a fer la compra ha de canviar.
4. Seguidament, tal i com dóna a conèixer la meva part pràctica, he mostrat com funcionen els centres que donen menjar a les persones en situació de risc, és a dir, aquelles que no poden aconseguir tenir un plat a taula cada dia. Continuant amb la part pràctica, també he ensenyat si els supermercats de la zona on vivim col·laboren amb determinats centres en l'actualitat.
5. He ensenyat que amb el menjar que ens sobra, o que està a punt de fer-se malbé, podem crear un munt de plats nous.

Tots els mètodes que he utilitzat per complir amb els meus objectius (recerca d'informació a Internet, revistes, etc., entrevistes i correus electrònics) han estat aprofitables, ja que gràcies a ells he aconseguit demostrar cada un d'ells.

Finalment, en el moment d'acabar aquest treball he sentit una gran satisfacció amb el resultat, perquè considero que he contribuït a donar uns conceptes nous que potser la majoria de persones no coneix. També em sento satisfeta pel treball que he

fet perquè crec que he investigat molt sobre el tema i, en el moment de fer la part pràctica, considero que m'he mogut per molts llocs per indagar més sobre la qüestió que planteja el meu treball.

Bibliografia

– De menjar no llencem ni mica <<https://nollencemnimica.wordpress.com/malbaratament/>> – Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura <<http://www.fao.org/news/story/es/item/74327/icode/>> – Agència catalana de seguretat alimentària <<http://www.gencat.cat/salut/acsa/html/ca/dir3633/>> – Blog «Love food, hate waste» <<http://www.lovefoodhatewaste.com/content/whats-new>> – <<http://www.lovefoodhatewaste.com/content/global-issue-food-waste>> – Agència de residus de Catalunya <http://residus.gencat.cat/ca/ambits_dactuacio/prevencio/malbaratament_alimentari/> – PDF «Diagnosi del malbaratament alimentari a Catalunya» <http://www.gencat.cat/salut/acsa/html/ca/dir3495/resum_executiu.pdf> – Blog «Plataforma aprofitem els aliments» <<https://aprofitemelsaliments.wordpress.com/manifest/>> – PDF «Un consum més responsable dels aliments» <http://residus.gencat.cat/web/.content/home/lagencia/publicacions/centre_catala_del_reciclatge_ccr/guia_consum_responsable-FINAL.pdf> – Blog «El valor dels aliments» <<https://elvalordelsaliments.wordpress.com/>> – Sala de premsa de la UAB <<http://www.uab.cat/web/sala-de-premsa/detall-de-noticia/el-malbaratament-alimentari-protagonista-al-sense-ficcio-tv3-1345667174054.html?noticiaid=1345681058620>> – Blog de l'Associació de Naturalistes de Girona <<http://www.naturalistesgirona.org/ca/9-consum-responsable.html>> – Blog de l'Associació de Naturalistes de Girona, accions i campanyes <www.naturalistesgirona.org/ca/11-accions-i-campanyes.html> – «Catalunya llença a les escombraries 270.000 tones d'aliments a l'any, segons onegés». *El Periódico* (20 de febrer del 2014) – «Pensa, compra, cuina i menja». *Guia per evitar el malbaratament alimentari*, 2013. – Blog «Gastronomía&Cía» <www.gastronomiaycia.com/2015/12/11/francia-introduce-de-nuevo-la-ley-sobre-el-desperdicio-de-alimentos/> – Blog «Gastronomía&Cía» <www.gastronomiaycia.com/2015/07/08/prohibir-por-ley-que-los-supermercados-de-la-union-europea-tiren-comida/> – «Estrategia más alimento, menos desperdicio». *Más alimento, menos desperdicio*, 2014. – Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente <www.magrama.gob.es/es/alimentacion/temas/estrategia-mas-alimento-menos-desperdicio/Definiciones_cifras.aspx> – Informe del Consumo de Alimentación en España 2014 <www.magrama.gob.es/es/alimentacion/temas/consumo-y-comercialización-y-distribución-alimentaria/informeconsumoalimentacion2014_tcm7-382148.pdf>.