Guía breve para personas ocupadas

En Ibiza, la comida no se tira

Cada año, **se desperdician 7.7 millones de toneladas de alimentos en España.** En el mundo, un tercio de la producción alimentaria termina en la basura, mientras que **800 millones de personas pasan hambre.** El problema no es la escasez, sino la distribución y el consumo.

Cara a cara con el desperdicio alimentario

1

Las razones incluyen la falta de planificación, confusión sobre las fechas de caducidad, y patrones culturales que nos llevan a comprar en exceso. En casa, **tiramos el 42% de los alimentos, especialmente frutas, verduras y pan fresco.**

¿Por qué tiramos comida?

2

Desperdiciar comida tiene un coste ambiental, social y económico. **Se estima que el desperdicio contribuye al 8% de las emisiones de gases de efecto invernadero** y a la pérdida de recursos valiosos como agua y energía.

Consecuencias del desperdicio

3

- **Planifica tus compras:** Haz un menú semanal, no compres compulsivamente y revisa siempre antes lo que tienes en casa.
- **Almacena correctamente:** Organiza tu nevera y respeta las fechas de caducidad.
- **Cocina con precaución:** Prepara las porciones adecuadas y reutiliza las sobras.
- **Sé consciente:** Infórmate sobre la procedencia de los alimentos y opta por productos locales y de temporada.

¿Qué puedes hacer tú?

4

Conviértete en un activista. Comparte con tu círculo de amigos y amigas, y familiares tus prácticas sostenibles, recetas de reutilización, consejos diarios de ahorro…

¡Promueve el consumo responsable!

Activismo gastronómico y ético

5