

Cantidad de agua utilizada en la producción de alimentos.

"Si queremos alimentar a una población creciente, es fundamental producir más alimentos utilizando menos agua, reducir el desperdicio y las pérdidas y avanzar hacia una alimentación más sostenible".

Alan Bojanic, Representante Regional de la FAO para América Latina y el Caribe.

El agua que utilizamos en las actividades cotidianas, no es toda la que consumimos.

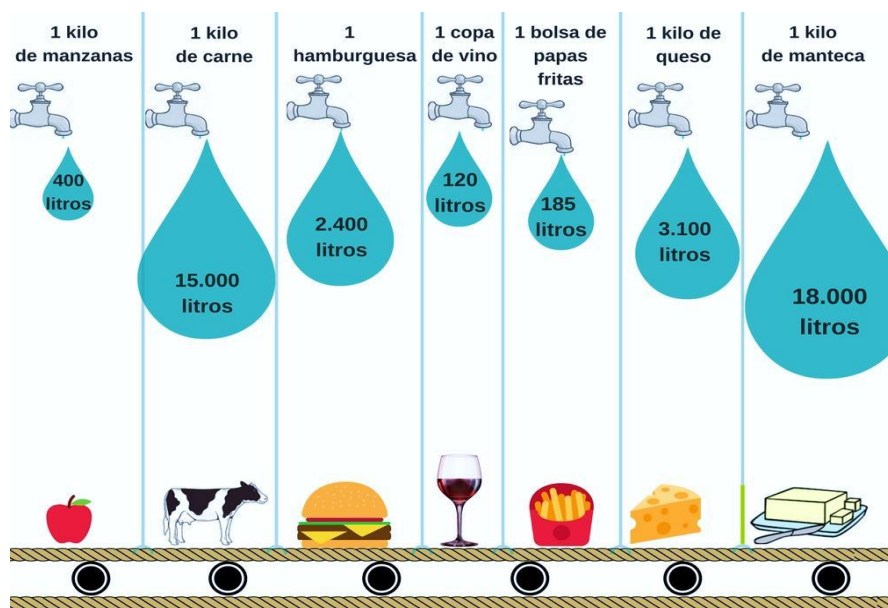
La producción de alimentos utiliza el 70% del agua que se gasta a nivel mundial, la Organización de las Naciones Unidas (ONU) informó, que para producir el alimento diario de una persona se utiliza entre 2.000 y 5.000 litros de agua.

Es momento de tomar conciencia, de que todos los alimentos y bienes que disfrutamos en el día a día necesitan enormes cantidades de agua para ser producidos.

Por ejemplo, se requieren 150 litros de agua para producir 1 botella de 550cc de cerveza; una taza de café 140 lts. Y una naranja, 50 lts.

Los alimentos procesados requieren más agua, para su elaboración, empaque y transporte que los naturales. Por ejemplo: se necesitan 185 litros para 1 bolsa de papas fritas, mientras que para 1 papa sin procesar se requieren 25 litros.

¿Cuántos litros de agua se utiliza para producir nuestros alimentos?



Fuente: <http://www.fundacionondablue.org/>

Entonces... ¿Qué podemos hacer?

Optar por alimentos Naturales vs. Procesados, éstos últimos tienen efectos negativos para la salud y requieren mucha agua.

No desperdiciemos la comida: planificar el menú semanal, realizar una lista para así comprar lo justo y necesario de los ingredientes; si sobra comida, congelarlo o reutilizarlos en otras preparaciones, por ejemplo: con el arroz sobrante realizar torrijas.

Mariana del Carmen Caballero.

Lic. en Nutrición

MP: 284