Pubblicazioni
"Quaderni dell' ISEA"

percorsi di informazione e
di educazione ambientale

SENSIBILIZZAZIONE E LOTTA ALLO SPRECO ALIMENTARE

ISEA Onlus

volontari per passione

L'ORIGINE DEGLI SPRECHI ALIMENTARI

Nel corso del Novecento i progressi dell'agricoltura, dell'allevamento e dell'industria alimentare hanno consentito ai Paesi più sviluppati di superare la condizione, fino a quel momento prevalente, di scarsa disponibilità di generi alimentari.

L'aumento del reddito medio, inoltre, ha permesso a fasce sempre più ampie della popolazione di accedere a quantità e qualità maggiori di cibo.

In questo modo, la crescente disponibilità e varietà di cibo, il prezzo tendenzialmente in calo e una percentuale sempre più bassa di reddito destinata ai generi alimentari hanno progressivamente favorito una maggiore tolleranza verso gli sprechi alimentari.

ISEA Onlus

volontari per passione

COSA SI INTENDE PER SPRECHI ALIMENTARI

Il termine più comune di spreco alimentare è quello di

“cibo acquistato e non consumato che finisce nella spazzatura”

Ovviamente questa non è l’unica accezione, poiché, durante la catena agro-alimentare, vengono scartati prodotti alimentari ancora commestibili.

ISEA Onlus
volontari per passione

LE PERDITE ALIMENTARI

Le perdite alimentari iniziano a monte della filiera agroalimentare:

- ❑ **in fase di semina (accordi commerciali con i rivenditori)**
- ❑ **coltivazione (avversità climatiche, malattie, parassiti)**
- ❑ **raccolta (prodotto non idoneo alla vendita)**
- ❑ **conservazione e prima trasformazione agricola**

Oltre il "campo" gli sprechi avvengono:

- ❑ **durante la trasformazione industriale**
- ❑ **distribuzione**
- ❑ **conservazione**
- ❑ **consumo finale**

ISEA Onlus

volontari per passione

SPRECO ALIMENTARE NEL MONDO

Le analisi dalla FAO stimano gli sprechi alimentari nel mondo pari a circa un terzo della produzione totale di cibo destinato al consumo umano.

Altre ricerche indicano che solo il 43% dell'equivalente calorico dei prodotti coltivati a scopo alimentare a livello globale viene direttamente consumato dall'uomo.

- **Nel Nord del mondo, si produce e si acquista troppo cibo, spesso gettato prima ancora che si deteriori.**

- **Nel Sud del mondo, invece, il cibo si spreca per mancanza di infrastrutture, strumenti per la conservazione e trasporto adeguati.**

ISEA Onlus
volontari per passione

ALIMENTI GETTATI VIA PRIMA DI CUCINARE
QUOTA PERCENTUALE PER CATEGORIA MERCEOLOGICA

FRUTTA	51,2%
VERDURE FRESCHE	47,2%
FORMAGGI	30,3%
PANE FRESCO	28,2%
LATTE	25,2%
YOGURT	24,5%
SALUMI	24,4%
UOVA	21,1%
GRASSI/BURRO/OLI	17,3%
CIBI PRONTI	15,7%

CIBI PRECOTTI	15,4%
PASTA FRESCA	11,3%
SUCCHI DI FRUTTA	11,2%
POLLAME	10,7%
LEGUMI	10,4%
DOLCI E BISCOTTI	10,4%
CIBI SURGELATI	10%
PESCE	9,7%
CARNE ROSSA	9,5%
PASTA	7,6%

ISEA Onlus

volontari per passione

LE PIU' FREQUENTI MOTIVAZIONI DEL «BUTTARE IL CIBO»



ISEA Onlus

volontari per passione

CONSEGUENZE DELLO SPRECO ALIMENTARE

- ❑ **Impatto ecologico**
- ❑ **Impatto economico**
- ❑ **Impatto etico**
- ❑ **Impatto culturale**

ISEA Onlus

volontari per passione

CONSEGUENZE DELLO SPRECO ALIMENTARE
IMPATTO ECOLOGICO

L'impatto dello spreco alimentare globale sulle risorse naturali è enorme.
Secondo la FAO, ad esempio:

- **A livello globale, l'impronta idrica (ossia il consumo di risorse idriche superficiali e freatiche) dello spreco alimentare è di circa 250 km3, l'equivalente del flusso annuale del fiume Volta o tre volte il volume del lago di Ginevra.**
- **Il cibo prodotto ma non consumato usa quasi 1,4 miliardi di ettari di terra, che rappresentano quasi il 30% dell'area coperta da terreni agricoli nel mondo.**
- **Sebbene sia difficile stimare gli impatti sulla biodiversità a livello globale, lo spreco alimentare inasprisce la perdita della biodiversità dovuta alle monocolture e all'espansione agricola nelle aree selvagge. A livello globale, lo spreco alimentare rappresenta più del 20% della pressione sulla biodiversità.**

ISEA Onlus
volontari per passione

CONSEGUENZE DELLO SPRECO ALIMENTARE
IMPATTO ECONOMICO

1

Lo spreco alimentare arreca perdite economiche importanti per:

- **Produttori, che lasciano i prodotti nei campi senza raccoglierli o scartano prodotti perfettamente commestibili, ma non conformi agli standard (dimensione ed estetica) del mercato.**

- **Rivenditori, che perdono prodotti a causa del degrado di natura meccanica o biologica subito durante il trasporto a causa delle lunghe distanze tra il luogo di produzione e il negozio, o tra il luogo di allevamento e il macello, buttano via prodotti invenduti prima della data di scadenza, prodotti commestibili vicini alla data di consumo consigliata.**

CONSEGUENZE DELLO SPRECO ALIMENTARE
IMPATTO ECONOMICO

2

Lo spreco alimentare arreca perdite economiche importanti per:

- **Famiglie, che gettano prodotti commestibili a causa della confusione tra le diciture "da consumarsi preferibilmente entro" e "da consumarsi entro", acquisti eccessivi e conseguente deperimento dei prodotti, mancate conoscenze sulla corretta conservazione e preparazione del cibo (uso di tutte le parti degli ortaggi e dei tagli di carne, cucina con gli avanzi).**

- **Per tutti i contribuenti: spreco alimentare significa elevati costi di gestione dei rifiuti, compresa la manutenzione delle discariche (dove è normalmente smaltito il cibo sprecato), oltre a costi di trasporto, costi operativi degli impianti di smaltimento, e in alcuni casi costi di differenziazione dei rifiuti.**

ISEA Onlus
volontari per passione

CONSEGUENZE DELLO SPRECO ALIMENTARE
IMPATTO ETICO

Mentre milioni di tonnellate di cibo finiscono in mucchi di rifiuti nelle discariche, il numero di persone che non ha accesso a cibo adeguato e a diete sane continua a crescere, non solo nei paesi a basso reddito, ma anche in Europa e in Italia.

Sono circa un miliardo le persone che soffrono di denutrizione cronica e gli eventi meteorologici estremi, la congiuntura economica negativa e le cattive abitudini alimentari che portano a sovrappeso e obesità nei Paesi avanzati stanno rischiando di annullare i progressi fatti in termini di riduzione della fame e della malnutrizione.

ISEA Onlus
volontari per passione

CONSEGUENZE DELLO SPRECO ALIMENTARE
IMPATTO CULTURALE

Lo spreco alimentare ha un "valore" che va oltre le stime economiche, ambientali e sociali, ed è un valore, che ancora non abbiamo "scoperto" del tutto.
Cibo spazzatura o cibo nella spazzatura cos'è peggiore? Difficile rispondere a questa domanda: il primo fa male alla salute dell'uomo, il secondo fa male alla salute della natura.
I due modi di dire hanno in realtà qualcosa in comune, oltre alle parole, si spreca qualcosa: la salute, l'ambiente, le risorse naturali, il lavoro.
Un circolo vizioso e assurdo che va interrotto il prima possibile.
L'unico modo per farlo è (RI)dare valore al cibo, che non deve essere spazzatura né deve finire nella spazzatura.
Ecco il valore dello spreco. Non sprecare significa dare valore a ciò che non si spreca: il cibo in questo caso, ma anche a tutti gli altri beni.

LE INIZIATIVE CONTRO LO SPRECO ALIMENTARE

Sono sempre più diffuse le iniziative per recuperare il cibo avanzato da ristoranti, dagli hotel, dai supermercati e dalle famiglie stesse.

Si tratta di progetti virtuosi che coinvolgono giovani, associazioni, enti di tutti i tipi, sia in Italia che all'estero.

Si va dalla app che ci racconta cosa rimane in negozio la sera e può essere comprato a metà prezzo, all'iniziativa di un 'Pasto Buono' che raccoglie gli avanzi dei ristoranti per darli a chi ne ha bisogno.

LE INIZIATIVE CONTRO LO SPRECO ALIMENTARE

Tra le modalità interessanti che abbiamo visto in giro per combattere lo spreco alimentare, c'è la distribuzione dei resti di cibo di casa in frigo di strada, un'idea che impazza a Berlino e in Olanda, e la condivisione di cibo del condominio di Helsinki.

In fondo si tratta solo di avere qualche accorgimento e un atteggiamento più rispettoso nei confronti del cibo.

ISEA Onlus

volontari per passione

COME EVITARE LO SPRECO ALIMENTARE

Ogni individuo può sentirsi personalmente responsabile del destino degli alimenti che acquista, preoccupandosi di non favorire questa tendenza negativa verso lo sperpero.

ISEA Onlus
volontari per passione

COME EVITARE LO SPRECO ALIMENTARE
CONSIGLI UTILI

Check up della dispensa e del frigo

Una prima strategia ottimale per cercare di evitare lo sperpero di alimenti consiste nel verificare attentamente cosa occorre comprare.

Per tanto è utile fare una perlustrazione nel frigo ed in dispensa al fine di non acquistare altri articoli già presenti in casa.

ISEA Onlus
volontari per passione

COME EVITARE LO SPRECO ALIMENTARE
CONSIGLI UTILI

Rotazione e ordine

La verifica delle scorte alimentari disponibili andrà fatta di tanto in tanto per non lasciar accumulare cibi dello stesso tipo, che rischiano di scadere e finire nella spazzatura.

Per questo è bene mantenere scaffali, frigorifero e freezer ordinati e applicare una periodica rotazione per far avanzare quelli con la scadenza più prossima.

ISEA Onlus
volontari per passione

COME EVITARE LO SPRECO ALIMENTARE
CONSIGLI UTILI

Organizzare la spesa

Una volta che ci si è assicurati di non comprare cibi superflui o già presenti in casa, si può procedere con la spesa.
La spesa va comunque attentamente pianificata, pensando alle esigenze nel breve termine.

Un ottimo stratagemma consiste nella compilazione di un'accurata lista della spesa, deterrente anche contro l'acquisto di articoli non indispensabili avvistati sugli scaffali.

ISEA Onlus
volontari per passione

COME EVITARE LO SPRECO ALIMENTARE
CONSIGLI UTILI

Regalare il cibo in eccesso

Quando, per varie circostanze (partenze o mancato consumo), ci si accorge di non riuscire a consumare il cibo in scadenza, forse è il caso di regalarlo a chi potrà prontamente utilizzarlo

In mancanza di parenti, conoscenti o vicini di casa, si può sempre optare per i siti di raccolta del Banco Alimentare.

ISEA Onlus
volontari per passione

COME EVITARE LO SPRECO ALIMENTARE
CONSIGLI UTILI

Conservare bene gli alimenti

La facilità con cui si spreca il cibo è spesso dovuta alle difficoltà incontrate nel conservarlo nel modo migliore. Occorre allora cercare di organizzare gli alimenti facendo attenzione a quelli più facilmente deperibili, che potranno essere cucinati e congelati, se a rischio di eliminazione. E' altresì importante leggere bene le etichette che, insieme alla data di scadenza, indicano anche quali siano le condizioni migliori in cui riporre quell'alimento.

ISEA Onlus
volontari per passione

COME EVITARE LO SPRECO ALIMENTARE
CONSIGLI UTILI

Riutilizzare alcuni 'rifiuti'

Anche alcuni residui di cibo possono evitare di finire prontamente nella pattumiera poiché presentano altre possibili modalità di impiego.

E' il caso, ad esempio, del limone, utile, ad esempio, da applicare per l'igiene di alcune superfici casalinghe. Oppure i fondi di caffè, ottimi tra le altre cose per fertilizzare il terreno del vostro orto in casa.

ISEA Onlus
volontari per passione

COME EVITARE LO SPRECO ALIMENTARE
CONSIGLI UTILI

Ricette creative

Avanzi o ingredienti sfusi possono del resto talvolta rappresentare gli elementi ideali per dare sfogo alla propria creatività ed inventare ricette innovative, gustose ed originali scongiurando anche il rischio di aumentare il volume dell'immondizia.

ISEA Onlus
volontari per passione

COME EVITARE LO SPRECO ALIMENTARE
CONSIGLI UTILI

Non esagerare con le porzioni a tavola

Infine, per scongiurare lo spreco alimentare è bene anche abituarsi a ridurre la quantità di cibo nel piatto.

In questo modo avremo un occhio di riguardo non solo per la linea.

Ma ci riserveremo la possibilità di fare un 'bis' il giorno successivo con la porzione conservata.

ISEA Onlus

volontari per passione

Pubblicazioni
"Quaderni dell' ISEA"

percorsi di informazione e
di educazione ambientale

SENSIBILIZZAZIONE E LOTTA ALLO SPRECO ALIMENTARE

GRAZIE PER L'ATTENZIONE

