



FAITE RESPONSABLE DA TÚA CESTA

Se decides compralo,
asegúrate de consumilo.
Non desperdicies comida.



Pensa na túa forma
de comprar, preparar
e servir os alimentos.



Prioriza a adquisición de
produtos locais, de
proximidade, de tempada
e comercializados a granel.



Compra só o que
necesites e gasta
todo o que compres.



Planifica o teu menú
semanal e fai unha
lista da compra.

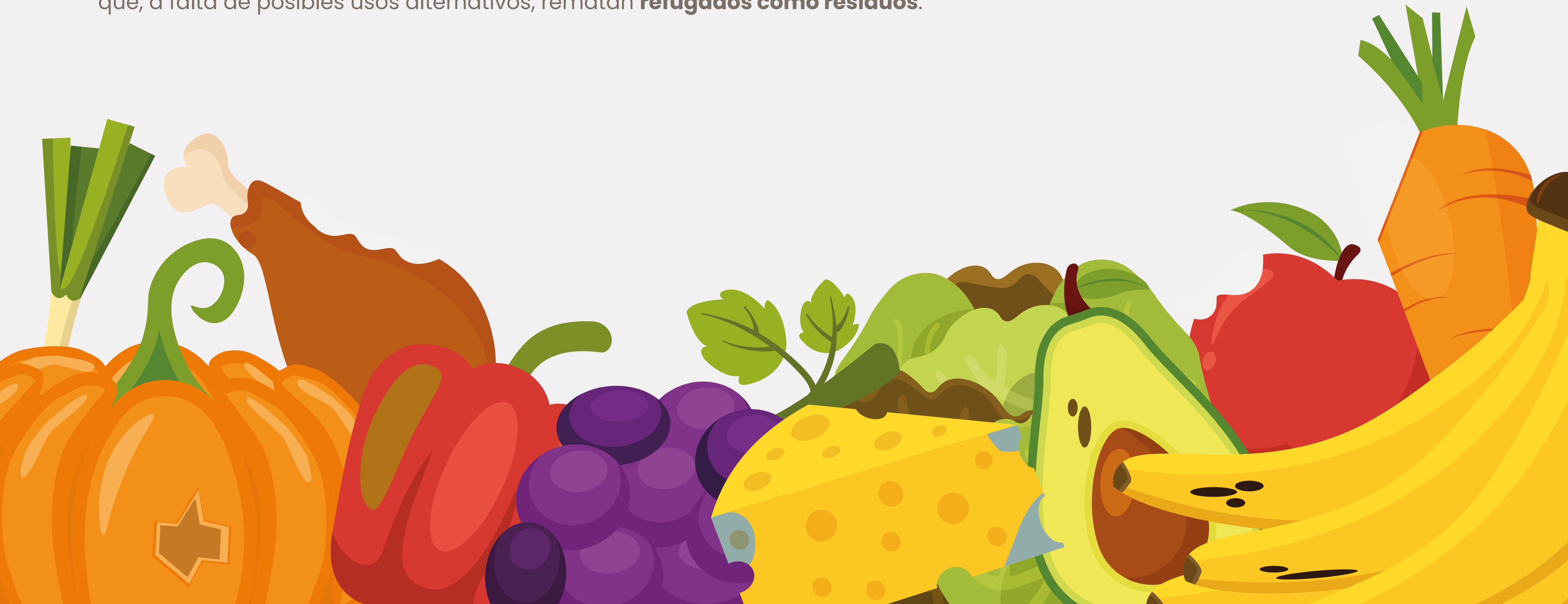


QUE É O DESPERDICIO ALIMENTARIO?

CONCELLO
DE VIGO



Segundo a Axencia Española de Seguridade Alimentaria e Nutrición (AESAN), o desperdicio alimentario aglutina aqueles produtos agrícolas e alimentarios descartados da cadea alimentaria que seguen sendo **perfectamente comestibles e adecuados para o consumo humano** e que, a falta de posibles usos alternativos, rematan **refugados como residuos**.



LUGARES ONDE OCORRE O DESPERDICIO ALIMENTARIO

CONCELLO
DE VIGO



FOGARES

- **Deficiente** (ou inexistente) **planificación**.
- **Exceso de compra** (porcións e tamaños de envasado demasiado grandes).
- **Confusión sobre as etiquetas** (data de consumo preferente e de caducidade).
- Conservación e/ou **almacenamento inadecuado**.



ESTABLECEMENTOS COMERCIAIS

- **Limitación na vida útil** dos produtos.
- Necesidade de cumprir con **normas estéticas** en termos de cor, forma e tamaño.
- **Variabilidade da demanda**.

SITUACIÓN DO DESPERDICIO ALIMENTARIO NO MUNDO

CONCELLO
DE VIGO



Segundo o Programa para o Medio Ambiente da ONU (2024), **en 2022, os fogares de todos os continentes desperdiciaron máis de 1.000 millóns de comidas diarias, mentres 783 millóns de persoas sufrían fame e un terzo da poboación afrontaba inseguridade alimentaria.**

Para abordar esta problemática hai que actuar en todas as etapas da cadea alimentaria: **dende a produción primaria ata o consumo.**

CIFRAS DO DESPERDICIO ALIMENTARIO NO PLANETA

CONCELLO
DE VIGO



SITUACIÓN NO 2022



Xeráronse **1.050 millóns de toneladas de desperdicio alimentario a nivel mundial**, o que representa 132 kg por persoa e unha quinta parte dos alimentos dispoñibles para consumo humano.



Do total desperdiciado, o **60%** refugouse nos fogares, mentres que o **28%** correspondeu aos provedores de servizos alimentarios e o **12%** ao comercio minorista.

A Organización das Nacións Unidas para a Alimentación e a Agricultura (FAO) traballa xunto a gobernos, organizacións internacionais, o sector privado e a sociedade civil para **concienciar sobre os efectos do desperdicio alimentario e crear solucións**.

COMPROMISOS DA AXENDA 2030



No marco da Axenda 2030, os países da UE comprometéronse a cumprir a Meta 12.3 dos ODS, que busca **reducir á metade o desperdicio de alimentos no comercio e consumo, e diminuír as perdas na cadea de subministración para 2030.**

The image displays a grid of 17 Sustainable Development Goals (SDGs) in Spanish, arranged in three rows. The first row contains goals 1 through 6, the second row contains goals 7 through 12, and the third row contains goals 13 through 17. To the right of the grid is a callout box for Target 12.3, which features a trash bin icon with a bowl of food and a fish inside, and the text '50%' and 'HALVE GLOBAL PER CAPITA FOOD WASTE'. Below the grid, the text 'OBXECTIVOS DE DESENVOLVEMENTO SUSTENTABLE' is visible.

1 FIN DA POBREZA	2 FAME CERO	3 SAÚDE E BENESTAR	4 EDUCACIÓN DE CALIDADE	5 IGUALDADE DE XÉNERO	6 AUGA LIMPA E SANEAMENTO
7 ENERXÍA ACCESIBLE E NON CONTAMINANTE	8 TRABALLO DECENTE E CRECEMENTO ECONÓMICO	9 INDUSTRIA, INNOVACIÓN E INFRAESTRUTURA	10 REDUCCIÓN DAS DESIGUALDADES	11 CIDADES E COMUNIDADES SUSTENTABLES	12 PRODUCCIÓN E CONSUMO RESPONSABLE
13 ACCIÓN POLO CLIMA	14 VIDA SUBMARINA	15 VIDA DE ECOSISTEMAS TERRESTRES	16 PAZ, XUSTIZA E INSTITUCIÓN SÓLIDAS	17 ALIANZAS PARA ACADAR OS OBXECTIVOS	

OBXECTIVOS DE DESENVOLVEMENTO SUSTENTABLE

TARGET 12.3

50%

HALVE GLOBAL PER CAPITA FOOD WASTE

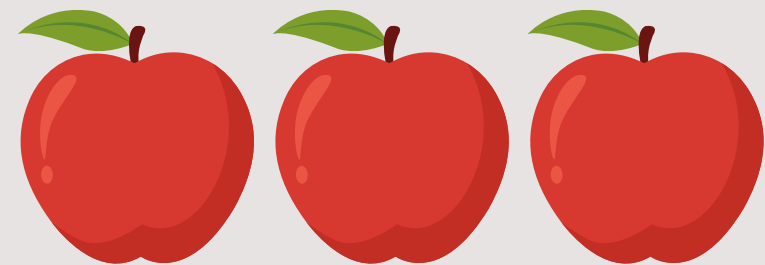
A SITUACIÓN EN ESPAÑA

CONCELLO
DE VIGO



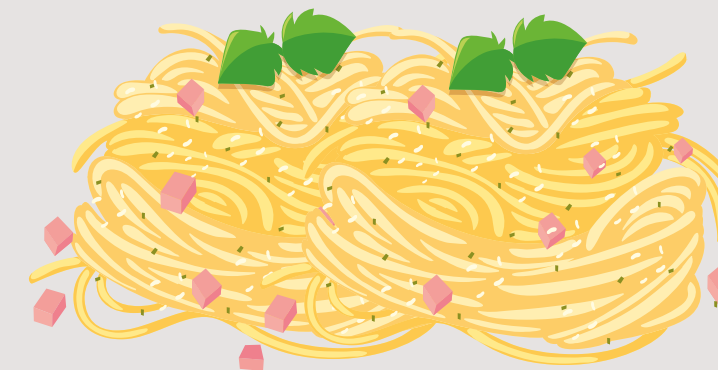
En España, baixo a estratexia estatal “Máis alimento, menos desperdicio”, lanzouse o **Panel de cuantificación do desperdicio alimentario nos fogares**, que ofrece datos específicos sobre as cantidades de comida desperdiciada, diferenciando entre dúas categorías.

DESPERDICIO DE ALIMENTOS SEN UTILIZAR



Aqueles refugados tal cal se compraron, sen sufrir ningunha elaboración no fogar.

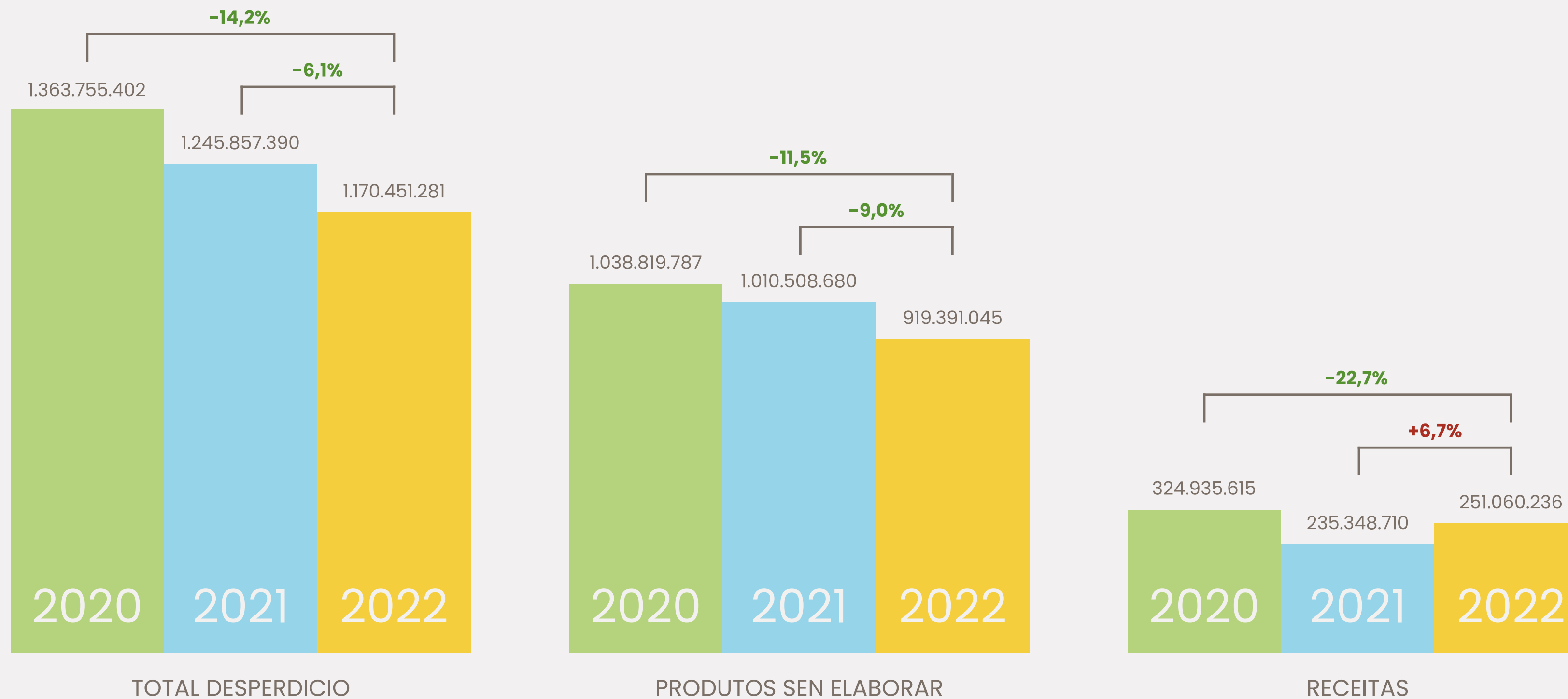
DESPERDICIO DE RECEITAS



Alimentos refugados despois de ter sido cociñados ou utilizados nalgún tipo de elaboración.

A SITUACIÓN EN ESPAÑA

No 2022, os fogares españois desperdiciaron **1.170,45 millóns de quilos/litros de alimentos**, un 6,1% menos que no 2021 e un 13,5% menos que no 2019. Cada fogar desperdiciou unha media de 65,5 quilos/litros, case 5 kg/l menos que o ano anterior, aínda que a proporción de desperdicio varía entre fogares.



Volume (kg-l) e % Evolución de alimentos e bebidas desperdiciados. Fonte: Ministerio de Agricultura, Pesca e Alimentación; 2022.

OS ALIMENTOS MÁIS REFUGADOS EN ESPAÑA

CONCELLO
DE VIGO



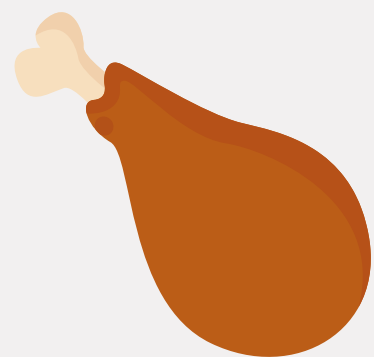
PRODUTOS SEN ELABORAR

Seguen sendo os máis refugados, aínda que baixaron ao 70,8% no 2022 (fronte ao 74% no 2021).
Disminúe o desperdicio de froitas, pero aínda é necesario reducir o de verduras e hortalizas frescas.



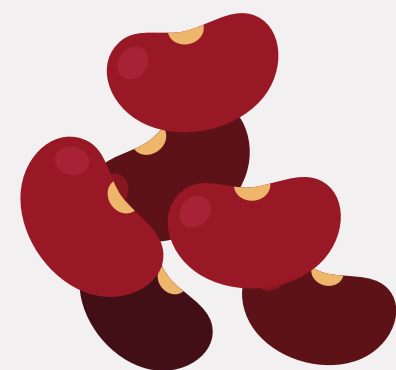
PRATOS COCIÑADOS

O 30,2% dos fogares desperdiciounos, especialmente os de carne, peixe, pasta e arroz, cuxa cantidade aumentou. Estes alimentos adoitan ser máis caros e requiren máis recursos para a súa preparación.



PRODUTOS CÁRNICOS

O desperdicio aumentou un 1,1% en 2022 respecto a 2021, debido principalmente a un maior refugallo de embutidos, especialmente xamón de york e salchichas.



PRATOS A BASE DE LEGUMES E POTAXES

Nos anos anteriores lideraban o desperdicio de receitas, pero en 2022 o seu desperdicio reduciuse un 24,4%.

O IMPACTO DO DESPERDICIO ALIMENTARIO

CONCELLO
DE VIGO



01

A alimentación e a súa produción afectan tanto á nosa **saúde** como ao **medio ambiente**.

02

Os alimentos atravesan varias etapas (producción, procesamento, transporte, distribución, preparación e consumo) e, en moitos casos, deben eliminarse.

03

Cada etapa xera **gases de efecto invernadoiro**, principalmente polo uso da terra e a agricultura, representando os alimentos máis dun terzo de todas as emisións humanas.

04

A perda e o desperdicio de alimentos **xeran entre o 8% e o 10% das emisións globais**, afectan á biodiversidade, ocupan un terzo das terras agrícolas e o seu custo económico global estímase en 1 billón de dólares.



NON É SÓ UN PROBLEMA DOS PAÍSES RICOS

CONCELLO
DE VIGO



Desde 2021, mellorouse a infraestrutura de datos para facer un seguimento do desperdicio de alimentos, pero **moitos países de ingresos baixos e medios aínda carecen de sistemas adecuados para monitorizar o avance cara ao Obxectivo de Desenvolvemento Sostible 12.3** de reducir á metade o desperdicio de alimentos para 2030, especialmente no comercio minorista e os servizos alimentarios. Só catro países do G20 (Australia, EEUU, Xapón e o Reino Unido) e a Unión Europea teñen estimacións ao respecto.

Segundo os datos dispoñibles, o desperdicio de alimentos **non é só un problema dos “países ricos”**, xa que os niveis de desperdicio nos fogares varían só en 7 kg per cápita respecto da media dos países de ingresos altos, medio-altos e medio-baixos.



QUE PODEMOS FACER COMO CONSUMIDORES?

CONCELLO
DE VIGO



CONSUMO RESPONSABLE

Reflexionar sobre a nosa forma de **comprar, preparar e servir alimentos**, xa que ao desperdicialos tamén se perde a enerxía, o terreo, a auga, os fertilizantes, o combustible e o esforzo investido na súa produción e transporte.



PRODUTOS LOCAIS

Optar por **produtos locais, de proximidade, de tempada e vendidos a granel**, xa que o transporte e o envasado contribúen ás emisións de gases de efecto invernadoiro xeradas polos alimentos.



COMPRAS EFICIENTES

Comprar só o necesario e utilizar todo o adquirido. Ademais, débese optar por froitas, verduras e hortaliñas con formas ou aspectos imperfectos, xa que manteñen as mesmas propiedades nutritivas.



PLANIFICACIÓN

Planificar o **menú semanal** e facer unha **lista da compra**. Tamén, calcular as cantidades de acordo co número de comensais, axustar as porcións e reutilizar as sobras en novas receitas.

ORDE E ORGANIZACIÓN NO FOGAR

CONCELLO
DE VIGO



01

A orde e a organización na casa son clave. Debemos colocar os **produtos máis antigos á fronte** para consumilos primeiro.

02

É fundamental **distinguir entre a data de caducidade**, que indica cando un produto non é apto para o consumo, **e a data de consumo preferente**, que sinala cando un produto pode perder propiedades, pero segue sendo seguro.

03

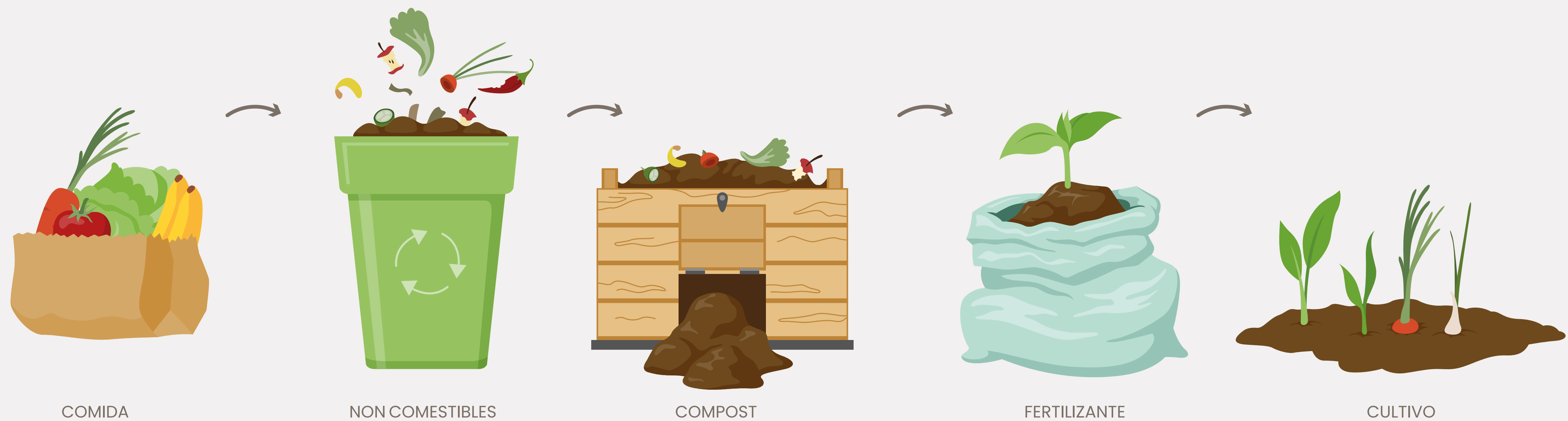
Unha alternativa para produtos que están a punto de caducar é **conxelalos**. Isto pódese facer con carnes, peixes e algúns embutidos. Ao desconxelalos, deben **consumirse en menos de 24 horas**.



XESTIÓN DE DESPERDICIOS NON COMESTIBLES



Para os desperdicios non comestibles, pódense utilizar dúas opcións: **o composteiro**, se se vive nunha vivenda unifamiliar con terreo, ou **o contedor marrón**. Isto asegura a súa transformación en **compost**, un abono natural que fertiliza o solo e o protexe contra pragas e enfermidades.



COMPOSTAXE DOMÉSTICO

CONCELLO
DE VIGO



É o **proceso de descomposición biolóxica** da materia orgánica xerada no fogar, como é o caso dos restos de comida e podas, a través **do cal se obtén o compost**, que pode ser empregado como **acon-
dicionador de solos en xardíns e hortas**.

SI SE PODE DEPOSITAR

- Restos de comida: froitas e verduras, cáscara de ovo, arroces e pasta cociñada, pan, peixe e carne.
- Pousos de café, té e infusións.
- Cinzas e serraduras de madeira non tratada.
- Papel, cartón e periódicos.
- Restos de poda, raíces, follas, herba e material de xardín.
- Restos de colleita da horta, sen pesticidas ou fitosanitarios.
- Esterco de animais herbívoros.
- Po e pelo do aspirador, fibras naturais, pelos, fragmentos de teas naturais e plumas.

NON SE PODE DEPOSITAR

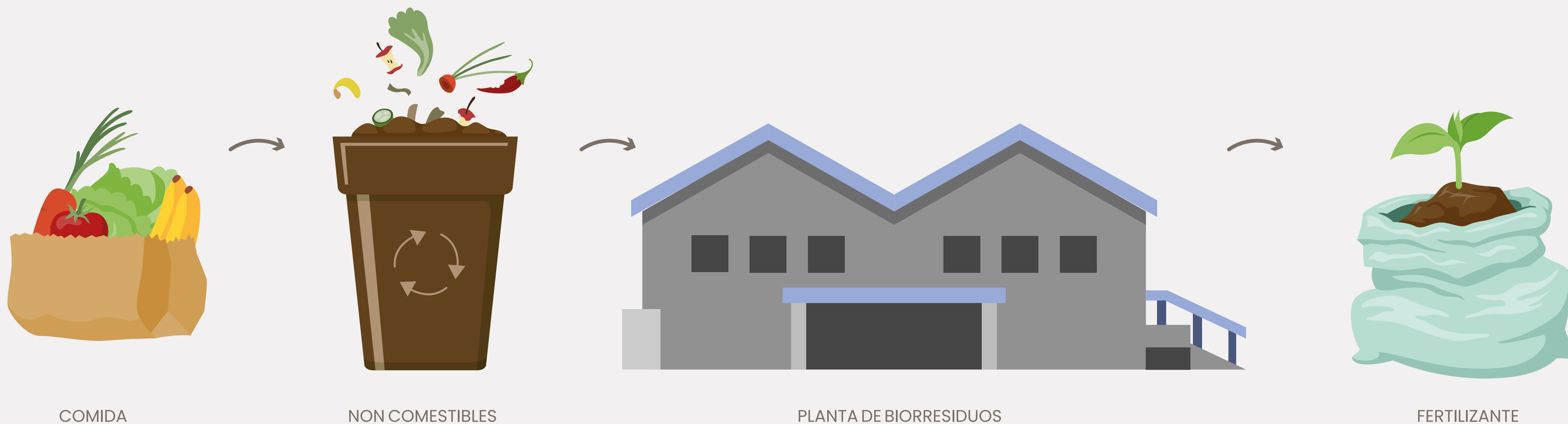
- Aceites vexetais e minerais.
- Restos de plantas enfermas ou con pesticidas.
- Madeira tratada con pinturas, vernices...
- Produtos lácteos.
- Follas de piñeiro e eucalipto.
- Excrementos humanos ou de animais carnívoros.
- Medicamentos.
- Cueiros desbotables.
- Papel brillante, impreso con tinta de cor ou plastificado.
- Obxectos duros, pedras, vidro, metal, plástico, envases...

COMPOSTAXE INDUSTRIAL

CONCELLO
DE VIGO



Require unha recollida diferenciada da materia orgánica municipal a través do **contedor marrón**. Esta fracción transpórtase finalmente a unha **planta de biorresiduos**, onde recibe tratamento para **ser convertida en compost**, con posterior aplicación na agricultura e xardinaría.





SI



CRUS OU COCIÑADOS DE FROITAS, VERDURAS, LEGUMES E HORTALIZAS



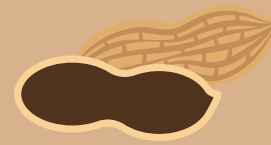
RESTOS DE ORIXE ANIMAL: CARNE OU PESCADO



RESTOS DE PASTA E ARROCES



TAPÓNS DE CORTIZA



RESTOS DE FROITOS SECOS



RESTOS DE PAN, BOLARÍA E GALLETAS



ÓSOS DE FROITA



POUSOS DE CAFÉ E BOLSIÑAS DE INFUSIÓN



CORTIZAS DE QUEIXO



PAPEL DE COCIÑA USADO E PANOS DE MESA DE PAPEL (SEN RESTOS DE ACEITE)



SEMENTES E CEREAIS



ESCARVADENTES

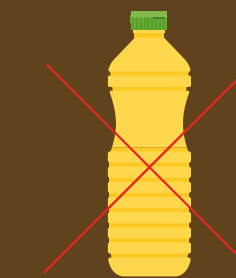


RESTOS DE PLANTAS, FLORES, FOLLAS SECAS, HERBA E PEQUENOS RESTOS DE PODA E HORTAS

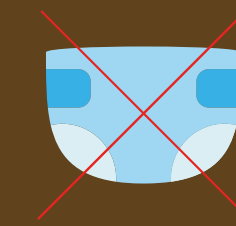


CASCAS DE OVOS

NON



ACEITE DE COCIÑA OU CALQUERA OUTRO LÍQUIDO



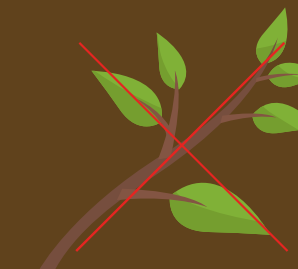
CUEIROS, COMPRESAS E TAMPÓNS



PAPEL HIXIÉNICO E TOALLIÑAS HÚMIDAS



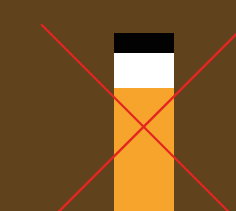
PO OU RESTOS ASPIRADOS OU VARRIDOS



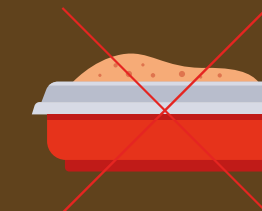
RAMAS DE PODAS



GOMAS DE MASCAR



CABICHAS DE TABACO E CINZAS



AREA PARA MASCOTAS

LEMBRA: os restos orgánicos deben depositarse no contedor marrón en bolsas compostables.

BENEFICIOS DA COMPOSTAXE

CONCELLO
DE VIGO



Aumenta a cantidade e a calidade das fraccións recollidas selectivamente, o que **garante unha maior reciclaxe**.

02

01

Péchase o ciclo de recuperación da materia orgánica, **obtendo compost que nutre o solo**, mellora a súa estrutura e substitúe aos fertilizantes artificiais.

03

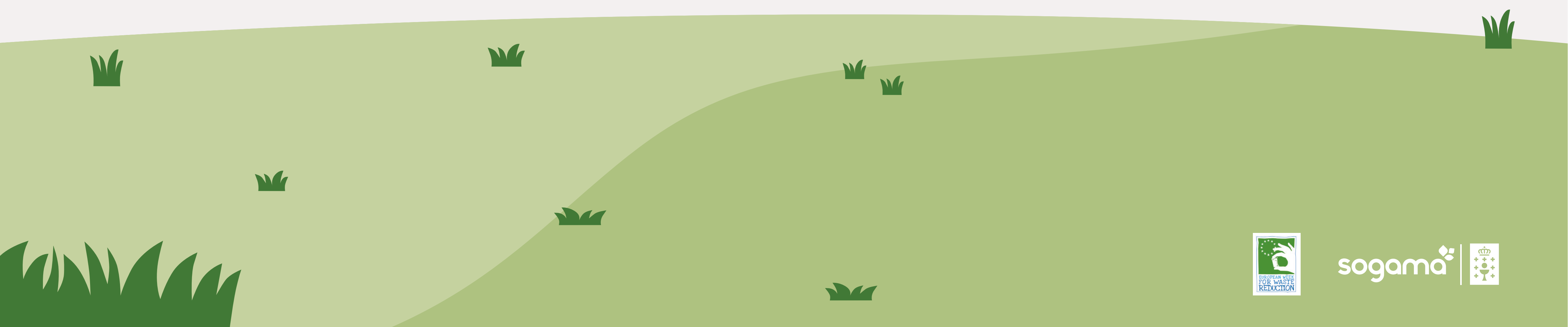
Redúcese a materia orgánica no contedor xenérico, priorizando a súa reciclaxe e diminuindo a súa valorización enerxética.

**AFORRO DE
CUSTOS PARA
OS CONCELLOS**

**CONCELLO
DE VIGO**



SOGAMA.GAL



sogama  