

1,3 MILIARDI DI TONNELLATE DI CIBO SPRECAE OGNI ANNO NEL MONDO E 795 MILIONI DI PERSONE CHE SOFFRONO LA FAME UN PARADOSSO NON PIÙ ACCETTABILE. COSA PUÒ FARE CIASCUNO DI NOI?

La Giornata dell’Ambiente è l’occasione giusta per imparare ad evitare gli sprechi, con i consigli pratici della Fondazione Barilla (BCFN)

Parma, 3 giugno 2015 – Ogni anno vengono sprecate e perse circa **1,3 miliardi di tonnellate di cibo**, un terzo della produzione mondiale¹ e l’equivalente di 1 trilione di dollari in valore. E un quarto del cibo sprecato basterebbe per nutrire i 795 milioni di persone che soffrono la fame.

Un problema che riguarda tutti, sia perché incide sulle spese delle famiglie (sprecare cibo significa sprecare denaro) sia perché ha gravi ripercussioni sull’ambiente: lo spreco di cibo globale determina infatti 3,3 miliardi di emissioni di CO² nell’ambiente ogni anno.

In Italia si spreca il 35% dei prodotti freschi (latticini, carne, pesce), il 19% del pane e il 16% di frutta e verdura². Lo spreco di cibo nel nostro Paese determina una perdita di 1226 milioni di m³ l’anno di acqua, pari al 2,5% dell’intera portata annua del fiume Po.

Una situazione a cui tutti possono contribuire per porvi rimedio: ecco come.

10 CONSIGLI PRATICI PER NON SPRECARE CIBO

La Fondazione Barilla Center for Food and Nutrition propone 10 semplici consigli che ciascuno può applicare nella vita di tutti i giorni.

Durante l’acquisto

1. Comprare solo quello che si prevede di consumare, prevedendo il più possibile le esigenze per i pasti: questo consente di evitare acquisti compulsivi e di approfittare delle offerte solo se si è certi di avere realmente bisogno di quei prodotti.
2. Controllare sempre la data di scadenza dei prodotti prima di riporli nel carrello in modo tale da non ritrovarsi poi cibi che devono essere consumati in tempi brevissimi senza rendersene conto.
3. Trasportare tempestivamente a casa gli alimenti freschi e surgelati, in modo da non interrompere la catena del freddo ed evitarne il deterioramento.

In casa

4. Conservare gli alimenti secondo le indicazioni presenti sulle confezioni.
5. Verificare le date di scadenza e mettere in posizione più visibile e a portata di mano i prodotti a scadenza più ravvicinata. Attenzione: “da consumare preferibilmente entro il...” indica una data consigliata: se è integro e ben conservato il prodotto può essere consumato anche dopo la scadenza e non è necessario buttarlo.
6. Prima di buttare un alimento appena scaduto, verificarne odore, aspetto e sapore per capire se può comunque essere consumato: se queste caratteristiche non risultano alterate il prodotto si può mangiare.
7. Controllare che il frigorifero sia regolato e funzioni correttamente (le pareti interne devono essere asciutte, niente ghiaccio nel freezer), evitando di lasciarlo aperto o di aprirlo e chiuderlo in continuazione.
8. Disporre correttamente i prodotti freschi nel frigorifero: ad esempio frutta e verdura negli appositi cassetti oppure nei ripiani alti, dove la temperatura è leggermente più alta, carne e latticini nella parte bassa dove è più freddo.
9. Servirsi solo della quantità di cibo che si prevede di mangiare: meglio riempirsi il piatto poco (ci si può sempre servire una seconda volta...) che troppo rischiando di lasciare avanzi. Quelli rimasti nella pentola si possono naturalmente riutilizzare...
10. Cucinare con gli avanzi: uno sforzo creativo per risparmiare soldi e l’ambiente. E se non abbiamo fantasia, il web e le rubriche di cucina di giornali e televisione sono ricchi di consigli proprio per questo.

La **Fondazione Barilla Center for Food & Nutrition** (Fondazione BCFN) è un centro di pensiero e di proposte nato nel 2009 con l'obiettivo di analizzare i grandi temi legati all'alimentazione e alla nutrizione nel mondo. Fattori economici, scientifici, sociali e ambientali vengono studiati nel loro rapporto di causa-effetto con il cibo attraverso un approccio multidisciplinare. Presidente e Vice Presidente della Fondazione BCFN sono **Guido e Paolo Barilla**, mentre il CdA è formato, tra gli altri, da **Carlo Petrini**, presidente di Slow Food e **Paolo De Castro**, coordinatore della commissione agricoltura e sviluppo rurale del parlamento europeo. Organismo garante dei lavori della Fondazione BCFN è l'**Advisory Board**. Per maggiori informazioni: www.barillacfn.com; www.protocollodimilano.it

Contatti:

Fondazione BCFN – Luca Di Leo | luca.dileo@barillacfn.com | +39 0521 2621

Caterina Grossi | caterina.grossi@barillacfn.com | +39 0521 2621

B2P Comunicazione – Antonio Buozi | a.buozzi@b2pcomunicazione.it | +39 320 0624418

Valeria Galli | valeria.galli@kosmios.it | +39 328 1289409

¹ FAO 2013a. Food wastage footprint: impacts on natural resources. Retrieved from: <http://www.fao.org/docrep/018/i3347e/i3347e.pdf>

² Segrè and Falasconi (2011).