



La sostenibilidad como indicador ambiental de las dietas

Autores

Lisouli Pérez-Torres, UNAM, lperez@cieco.unam.mx
Erick de la Barrera, UNAM, delabarrera@unam.mx

Palabras clave

Sostenibilidad, dietas, alimentos, indicador

Resumen

El aumento de la población ha generado una mayor demanda en la producción de alimentos lo cual ocasiona un gran desafío para el sistema alimentario global. Considerando que la mayoría de los alimentos provienen de la tierra, mantener y aumentar el suministro mundial de alimentos depende básicamente de la productividad y la calidad de los suelos y de la cantidad de agua disponible. La producción de alimentos a nivel masivo genera contaminación del agua, cambio de uso de suelo y emisiones de gases de efecto invernadero que aceleran el cambio climático. Es posible medir la sostenibilidad de los alimentos utilizando la huella alimentaria como indicador. Para ilustrarlos se evaluó la sostenibilidad de las dietas mediterránea, atlántica, mexicana, planetaria y global. La dieta planetaria se tomó como referencia para el análisis de la huella alimentaria de las otras dietas consideradas, puesto que esta dieta está diseñada para mantenerse dentro de los límites planetarios, convirtiéndola en una dieta sostenible ambientalmente. Los factores que se tomaron en cuenta para indicar la sostenibilidad ambiental de la dieta fueron las emisiones de gases de efecto invernadero (GEI), consumo de agua y uso de suelo. Aparte de la dimensión ambiental se consideraron los factores de ingesta calórica y el costo de las dietas, estos factores son parte de las dimensiones de la seguridad alimentaria (accesibilidad y disponibilidad) y de la sostenibilidad (economía). La dieta mexicana fue la más cercana a la planetaria, es decir, tiende a ser más sostenible que la dieta atlántica y la mediterránea, mientras que la dieta global excede sustancialmente todos los factores considerados y pone en riesgo la seguridad alimentaria. El evaluar los factores de sostenibilidad de cada una de las dietas o alimentos podría ser la clave para disminuir la huella alimentaria e iniciar una transición hacia el consumo de dietas sostenibles.