

Risipa alimentară, o problemă globală! Reciclarea hranei

- Care este situația în momentul de față la nivel european și național în ce privește risipa alimentară?

Numai în Uniunea Europeană, se risipesc anual peste 58 de milioane de tone de alimente și anume aproximativ 131 kg pe cap de locuitor, cu o valoare de piață estimată la 132 de miliarde EUR.

Risipa alimentară este o problemă a societății noastre care preocupă întreaga Uniune Europeană; ea poate ajunge la aproximativ 10 % din alimentele puse la dispoziția consumatorilor din UE.

În același timp, peste 37 de milioane de persoane din UE nu își permit o masă de calitate o dată la două zile. De asemenea, irosirea alimentelor pune o povară inutilă asupra mediului și asupra resurselor naturale limitate, cum ar fi folosirea solului și a apei.

În 2021, gospodăriile au generat mai mult de jumătate din risipa alimentară totală din UE (54 % sau 70 kg pe cap de locuitor). Un procent de aproximativ 16 % este generat de restaurante și alte unități de alimentație publică, precum și de punctele de vânzare cu amănuntul, cum ar fi supermarketurile și magazinele alimentare. Restul reprezintă risipa din timpul producției și a fabricării.

UE s-a angajat să contribuie la reducerea la jumătate a risipei alimentare mondiale de la nivelul comerțului cu amănuntul și al consumatorilor până în 2030 și la reducerea pierderilor alimentare de-a lungul lanțurilor de producție și de aprovizionare cu alimente.

În ceea ce privește ponderile în risipa generală, consumatorii casnici reprezintă până la 40,78% din totalul risipei alimentare din România.

Unele studii relevă că principala cauză a risipei în alimentația publică este dimensionarea necorespunzătoare a porțiilor oferite clienților, care nu ajung să consume toată mâncarea oferită. Alte cauze semnificative sunt resturile rezultate prin pregătirea meniurilor, disfuncționalități în aprovizionare sau excesul de mâncare pregătită, care trebuie aruncată la sfârșitul zilei.

Analiza comportamentului consumatorilor, sugerează drept cele mai frecvente cauze incorecta programare a consumului de alimente și obiceiul de a nu lăsa de pe o zi pe alta mâncarea rămasă.

- Cine este responsabil pentru reducerea risipei alimentare?

Toată lumea are un rol în prevenirea și reducerea risipei alimentare. Vorbim aici despre fermieri, producătorii de alimente, comercianții cu amănuntul, lucrătorii din sectorul HORECA și de noi toți în calitate de consumatori.

ANSVSA și EFSA urmăresc conștientizarea publicului românesc și a factorilor de decizie cu privire la necesitatea și posibilitățile de reducere a risipei alimentare, încurajând inovația în acest domeniu.

- **Ce reglementări există în domeniu și cum acestea își aduc contribuția la reducerea risipei alimentare?**

Legislația privind risipa alimentară prevede, pentru operatorii de pe lanțul alimentar, în principal producătorii/procesatorii și distribuitorii, reguli clare privind ierarhia de prevenire a generării deșeurilor alimentare, după cum urmează:

- dezvoltarea unui plan antirisipă,
- vânzarea produselor alimentare la preț redus,
- donarea alimentelor,
- utilizarea și consumul produselor alimentare în hrana pentru animale, de exemplu la adăposturi de animale,
- valorificarea prin transformarea în compost (produsele agroalimentare devenite impropriei consumului uman),
- valorificarea prin transformarea în biogaz (produsele agroalimentare devenite impropriei consumului uman).

ANSVSA salută promulgarea *Legii nr. 49/2024*, care completează *Legea 217/2016 privind diminuarea risipei alimentare* prin care sunt reglementate aspectele menționate anterior și care include atribuțiile ANSVSA în ce privește participarea la elaborarea strategiei privind risipa alimentară și la campaniile de conștientizare, materialele informative, alte măsuri de sprijin și promovare împotriva risipei alimentare.

- **Ce măsuri de prevenire și reducere a risipei alimentare ar trebui să luăm fiecare din noi ca și consumatori?**

Acasă, oamenii pot lua măsuri simple, dar eficiente, cum ar fi planificarea meselor, folosirea resturilor, depozitarea adecvată a alimentelor proaspete și gătite, precum și deosebirea între datele indicate pe etichetele produselor alimentare sub forma „a se consuma până la” (sau “expiră la data de...”) și „a se consuma de preferință înainte de...”. În mod similar, obiceiurile de cumpărare judicioase, cum ar fi întocmirea unei liste de cumpărături și achiziționarea numai a ceea ce este necesar, pot contribui la reducerea risipei alimentare în magazine sau la piață. De asemenea, puteți face donații de alimente pentru persoanele aflate în nevoie sau vulnerabile, prin punctele de vânzare cu amănuntul și organizații caritabile.

Există 4 reguli de bază pentru consumatori:

- cumpărare inteligentă,
- depozitare corectă,
- alegerea porțiilor potrivite,
- folosirea resturilor (reutilizarea hranei).

Risipa alimentară poate fi redusă, economisind bani și contribuind la protejarea mediului.

Pe site-ul ANSVSA:

<http://www.ansvsa.ro/informatii-pentru-public/risipa-alimentara/>

pot fi găsite recomandări utile consumatorilor, pentru a pune în practică cele 4 reguli:

“ACASĂ:

- *Planificați-vă mesele;*
- *Puteți să folosiți surplusul de la prepararea meselor anterioare;*
- *Citiți informațiile despre data durabilității minimale a alimentelor. Aceasta poate fi exprimată în două feluri în funcție de perisabilitatea alimentului, respectiv „expiră la data...” (ne informează despre siguranța alimentelor) și „a se consuma de preferință înainte de data...” (ne informează despre calitatea alimentelor);*
- *Puneți mai puțin în farfurie și reumpleți dacă este cazul;*
- *Congelați! (porții gata făcute);*
- *Depozitați alimentele în mod corespunzător (verificați etichetele pentru instrucțiuni de stocare, asigurați-vă că frigiderul este potrivit între 1 °C și 5 °C);*
- *Cunoașteți permanent ce alimente aveți în cămară și frigider;*
- *Roțiți alimentele stocate acasă - „primul intrat, primul ieșit”!*

LA MAGAZINE SAU PIAȚĂ:

- *Faceți o listă de cumpărături;*
- *Nu cumpărați când vă este foame;*
- *Cumpărați doar cantitatea de care aveți nevoie (dimensiunea potrivită a ambalajului sau alimente vrac);*
- *Puteți alege fructe și legume imperfecte din punct de vedere al aspectului exterior (formă, dimensiune), aflate adesea la reducere;*
- *Puteți achiziționa și consuma produsele aflate la reduceri și care sunt aproape de atingerea datei durabilității minimale.*

LA SERVICIU/ȘCOALĂ:

- *Cereți să vi se servească porția potrivită pentru dumneavoastră (la cantină);*
- *Fiți atenți la frigiderul din birou/coșul de fructe/cutie cu bomboane;*
- *Diseminați către colegi recomandările despre cum putem preveni risipa de alimente.*

ÎN CAFENELE, RESTAURANTE ȘI HOTELURI:

- *Puneți puțin în farfurie și reumpleți dacă este cazul;*
- *Luați acasă ce vă rămâne;*
- *Gestionați-vă apetitul și pofta de mâncare, în funcție de ora zilei.”*

- **DE REȚINUT** faptul că este esențială verificarea perioadei de valabilitate a produselor:

Există mai multe feluri de a exprima valabilitatea: de exemplu, expresia ”de preferat până la data de...” nu arată că acel aliment nu mai poate fi consumat după acea dată. Cea mai bună metodă de a ști dacă un aliment este comestibil, este aceea de a verifica direct alimentul, cu simțurile proprii (miros, aspect vizual).

”A se consuma de preferință înainte de...” indică data până la care se preconizează că produsul alimentar își păstrează calitatea.

Produsele alimentare pot fi consumate în siguranță după depășirea datei corespunzătoare mențiunii ”A se consuma de preferință înainte de...”, cu condiția ca instrucțiunile de depozitare să fie respectate și ca ambalajul să nu fie deteriorat, deși gustul și textura lor ar putea începe să se altereze. Înainte de a vrea să aruncați un produs alimentar după data corespunzătoare mențiunii ”A se consuma de preferință înainte de...”, verificați dacă ambalajul acestuia este intact și dacă produsul alimentar are aspect, miros și gust bun.

”A se consuma până la...” indică data până la care produsul alimentar poate fi consumat în siguranță. Nu consumați niciodată un produs alimentar după data corespunzătoare mențiunii ”A se consuma până la... ”!

Mențiunea ”A se consuma până la...” figurează pe produse alimentare foarte perisabile, precum peștele proaspăt, carnea tocată proaspătă, etc.

Întotdeauna urmați instrucțiunile de depozitare, în caz contrar, produsul alimentar se poate altera mai rapid și vă expuneți riscului unei intoxicații alimentare!

- **Cum pot fi folosite resturile alimentare în mod eficient? Ce recomandări puteți da consumatorilor casnici pentru reciclarea mâncării?**

Reutilizarea (folosirea repetată) a unui produs alimentar poate fi realizată pentru a nu arunca acel produs, însă nu putem găsi întotdeauna utilizări pentru toate resturile alimentare.

Înainte de a arunca resturile alimentare necomestibile, ar trebui să vedem cum acestea ar putea fi revalorificate (**reciclare** = transformarea deșeurilor alimentare în materiale sau produse noi).

Astfel, reutilizarea hranei (valorificarea resturilor) se poate realiza fie:

- pentru a obține alte tipuri de alimente;
- în alte scopuri decât pentru alimentația umană: industriale (biogaz), agricole (compost-îngrășăminte) sau hrană animală - reciclarea alimentară.

La nivel industrial, măsurile de reutilizare/reciclare pot reduce cererea pentru materii prime, minimiza consumul de energie și emisiile de gaze cu efect de seră, preveni acumularea de deșeuri; de asemenea, pot avea un impact semnificativ asupra mediului, durabilității și a dezvoltării sustenabile.

- **Ce recomandări puteți da consumatorilor casnici pentru reciclarea mâncării?**

Pentru a nu arunca resturile alimentare, atunci când acestea rămân, pot fi aplicate măsuri simple și eficiente precum:

- Crearea unei rețete cu resturi din timpul săptămânii (ex. salvează pâinea uscată, fă mini-pizza, supe din legume de a 2-a zi, omletă cu orice ingrediente rămase din ziua anterioară, etc.),
- Transformarea cinei în următorul prânz,
- Planificarea și porționarea (părțile rămase pot fi păstrate în congelator pentru a fi mâncate ulterior),
- Donarea mâncării aflată în surplus,
- Predarea deșeurilor pentru reciclat/valorificat; de ex:
 - uleiul folosit - ***Nu arunca uleiul gătit direct în chiuvetă,***
 - fructe alterate.

Colectarea separată a deșeurilor provenite din mâncare poate ajuta la rezolvarea problemelor de mediu.

- Zațul de cafea poate avea mai multe utilizări în casă: elimină mirosurile nedorite, ajută la îndepărtarea murdăriei de pe vase, poate fi folosit ca și exfoliant pentru corp sau ca îngrășământ pentru plante.
- Cumpărarea de produse care sunt marcate ca fiind reciclabile; poți contribui astfel la reciclarea selectivă,
- Folosește compostarea pentru resturi organice și biodegradabile.(ex. coji de ouă, zaț de cafea, cotoare de fructe, etc.).

La această dată sunt mai multe inițiative private în direcția reducerii risipei alimentare prin reciclare. Diverși consumatori încearcă să își construiască propriile facilități de compost pentru a-și recicla din proprie inițiativă deșeurile menajere în general și pe cele alimentare în special.

Compostul este o substanță închisă la culoare, sfărâmicioasă - materie organică ce s-a descompus în prezența aerului. Compostul e folosit ca fertilizator al solului în agricultură și pentru plante ornamentale; practic înlocuiește fertilizantii chimici, ceea ce este un mare avantaj al compostării; compostarea se poate realiza la bloc și la casă (aparate de compostare).