

Gastronomía, Sustentabilidad y Objetivos del Desarrollo Sustentable

Patricia Marlene Aguirre Mejía¹

¹Facultad de Posgrado, Universidad Técnica del Norte, Ibarra, Ecuador

La gastronomía es una expresión cultural de la diversidad natural y cultural del planeta. Gastronomía sostenible es sinónimo de una cocina que tiene en cuenta el origen de los ingredientes, cómo se cultivan y cómo llegan a nuestros mercados y, finalmente, a nuestros platos. La sostenibilidad implica la preparación de una comida sin desperdiciar nuestros recursos naturales y poder continuarla en el futuro sin perjudicar al medio ambiente o a la salud (FAO, 2016).

La gastronomía se vincula directamente con la seguridad alimentaria, así mismo la pobreza, la desigualdad económica son conceptos que se interrelacionan y son importantes en la comprensión del desarrollo sostenible. La seguridad alimentaria se basa en cuatro pilares fundamentales, la disponibilidad de alimentos que se refiere a la oferta que ocurre mediante la producción, reservas, importaciones y ayuda alimentaria; acceso a los alimentos, significando que las personas tengan los recursos físicos y económicos para adquirir alimentos; utilización de los alimentos, que se centra en cómo se aprovechan los nutrientes, que incluye también, la higiene, la salud y la diversidad en la dieta, y; la estabilidad en el acceso que alude a la continuidad en el suministro y la disponibilidad sin interrupciones por factores climáticos, políticos o económicos (FAO et al, 2013). Por tanto, la seguridad alimentaria ocurre cuando se tiene el acceso físico, social y económico a alimentos suficientes, seguros y nutritivos para satisfacer las necesidades dietéticas y preferencias alimentarias para una vida activa y saludable (Batool y Sheikh, 2024).

El concepto de sostenibilidad y su término predecesor, el desarrollo sostenible, significan cosas diferentes para diferentes personas (White, 2013). La definición más común, “desarrollo que satisface las necesidades del presente sin comprometer la capacidad de las generaciones futuras para satisfacer sus propias necesidades”, apareció por primera vez en el informe de la Comisión Mundial de Medio Ambiente y Desarrollo, Nuestro futuro común (WCED, 1987).

La sostenibilidad se puede entender como la capacidad de satisfacer las necesidades del presente sin comprometer la capacidad de las futuras generaciones para satisfacer las suyas; es un principio fundamental para abordar la problemática de la desigualdad, la pobreza y la inseguridad alimentaria y que implica la búsqueda de un equilibrio entre los aspectos sociales, económicos y ambientales (Carballo, 2005; FAO et al 2018). A estos pilares de la sustentabilidad se ha separado lo cultural de lo social, para hacer un análisis más profundo, especialmente en aquellos países muy ricos aun en diversidad cultural.

En el contexto de la seguridad alimentaria, la sostenibilidad se relaciona con prácticas agrícolas que protejan los recursos naturales, promuevan la diversidad biológica y sobre todo reduzcan el uso de agroquímicos (An et al, 2022). También es importante la promoción de sistemas alimentarios locales y regionales que reduzcan la dependencia de las importaciones y favorezcan el acceso a alimentos frescos y nutritivos (Wezel et al, 2020; PNUD y FAO, 2016)

Los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), adoptados por la Asamblea General de las Naciones Unidas en 2015, son un conjunto de 17 objetivos globales interconectados que buscan

erradicar la pobreza, proteger el planeta y garantizar la prosperidad para todos. Varios de los ODS están directamente relacionados con la desigualdad, la pobreza y la seguridad alimentaria; promueven un enfoque integral, destacando la importancia de políticas que fortalezcan la resiliencia económica y social, en particular se destaca (FAO et al, 2018; ONU, 2021), la necesidad de erradicar el hambre y la pobreza extrema, reducir la desigualdad y promover sistemas alimentarios sostenibles, lo cual se ve particularmente plasmado en los que buscan erradicar la pobreza, el hambre, reducir desigualdades y producir en forma sostenible, respectivamente, que son los siguientes:

- ODS 1 - Fin de la pobreza. Busca erradicar la pobreza en todas sus formas y dimensiones, incluyendo la pobreza extrema. Esto requiere aumentar los ingresos de las personas más pobres, así como garantizar su acceso a servicios básicos como salud y educación
- ODS 2 - Hambre cero. Pretende poner fin al hambre, lograr la seguridad alimentaria y una mejor nutrición, y promover la agricultura sostenible. Este objetivo implica mejorar la producción y distribución de alimentos, así como reducir el desperdicio y garantizar el acceso a dietas saludables para todos.
- ODS 10 - Reducción de las desigualdades. Busca reducir la desigualdad dentro y entre los países. Esto implica abordar las desigualdades económicas, de género, étnicas y de oportunidades, así como promover políticas fiscales y sociales más progresivas
- ODS 12 - Producción y consumo responsables. Fomenta patrones de consumo y producción más sostenibles, incluyendo la reducción del desperdicio de alimentos y la promoción de prácticas agrícolas responsables

El reto de erradicar la inseguridad alimentaria requiere enfrentar las causas estructurales de la pobreza y la desigualdad económica, los cuales no solo dificultan el acceso a alimentos, sino que también retrasan el progreso hacia el desarrollo sostenible en su totalidad (Stewart, 2015). Algunos estudios han evidenciado que, en muchos países, los esfuerzos actuales son insuficientes para garantizar el acceso universal a alimentos nutritivos, especialmente en contextos de alta desigualdad (Haini et al., 2022).

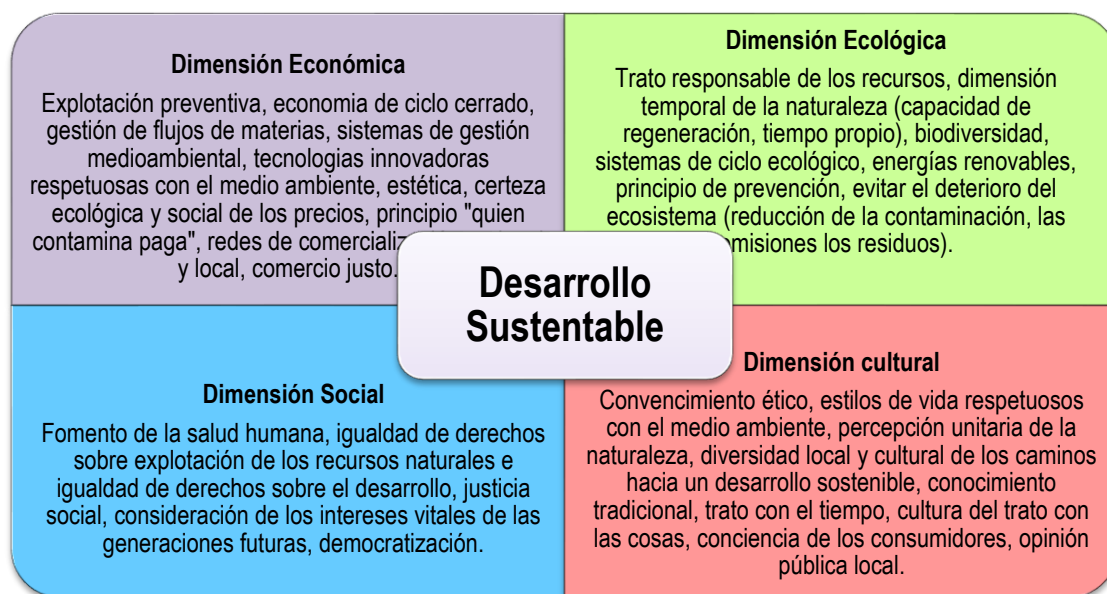
En la historia de la humanidad, de unas 30 000 especies de plantas comestibles, se han cultivado entre 6 000 y 7 000 especies para producir alimentos. Sin embargo, hoy en día solamente utilizamos 170 cultivos a una escala significativa a nivel comercial. Aún más sorprendente, dependemos en gran medida de solo 30 de ellos para que nos proporcionen las calorías y nutrientes que necesitamos todos los días. Más del 40 por ciento de nuestra ingesta diaria de calorías procede de tres cultivos básicos: arroz, trigo y maíz.

Existen cultivos que han sido olvidados o infrutilizados durante siglos. Esto es algo que se debe rescatar, no solo por todos los sabores, sino también por los nutrientes que proporcionan. Estos cultivos "olvidados" suelen ser cultivos indígenas o tradicionales que prosperan en regiones específicas del mundo. Ya sea porque se cultivan en zonas geográficas pequeñas, tienen rendimientos bajos, requieren un procesamiento prolongado, son susceptibles a las plagas o simplemente no se han investigado adecuadamente, nunca se incorporaron al mercado mundial y, por tanto, muchas personas desconocen su existencia, a veces incluso de productos de sus propias regiones. Con el apoyo de unas políticas y una financiación adecuadas, estas variedades olvidadas podrían ser, algún día, reconocidas en el mercado mundial.

La gastronomía sostenible hace énfasis en la importancia de promover prácticas agroalimentarias que no solo sean saludables y nutritivas, sino que también respeten el planeta. Este concepto abarca una serie de prácticas destinadas a minimizar el impacto ambiental de la producción y comercialización de alimentos, al tiempo que mejora la seguridad alimentaria y contribuye al desarrollo económico y al fortalecimiento identitario de las comunidades locales.

A continuación, se presenta un análisis de la gastronomía sustentable en base a los cuatro pilares de la sustentabilidad y que deben ser tomadas en cuenta puesto que esto puede revolucionar el futuro de nuestra alimentación:

Tabla 1. Dimensiones de la sustentabilidad.



Económicamente un tema de vital importancia constituye la gran cantidad de desperdicios de alimentos en la gastronomía sustentable. Una de las principales preocupaciones de la FAO en el ámbito de la gastronomía sostenible. Según datos de la FAO, aproximadamente un tercio de todos los alimentos producidos en el mundo se pierde o desperdicia. Este desperdicio no solo representa una pérdida económica considerable, sino que también conlleva un grave impacto ambiental, incluyendo el uso innecesario de agua y energía, además de la emisión de gases de efecto invernadero. Es necesario que se instauren políticas y tecnologías de conservación, manejo y gestión en la cadena alimentaria, concebida esta desde la cadena productiva hasta la cadena de valor después de la cosecha, es decir Producción, almacenamiento, preparación, transporte y distribución.

Desde la dimensión económica, la alimentación sostenible promueve el crecimiento económico local al fomentar la compra de productos frescos y de temporada directamente a los productores. Esto no sólo reduce la dependencia de las importaciones y los costes asociados, sino que también revitaliza la economía rural y genera empleo en las comunidades agrícolas. Los restaurantes y empresas alimentarias que utilizan prácticas sostenibles pueden destacar en el mercado, atraer a clientes concienciados con el medio ambiente y aumentar su rentabilidad a largo plazo. Además,

la reducción del desperdicio de alimentos y la optimización del uso de los recursos aumentan la eficiencia económica.

Ambientalmente la gastronomía sostenible implica la preparación de dietas sostenibles que incluyan diversificación de productos, prioricen el consumo de productos locales y de temporada. Todo esto no solamente ayudaran a reducir la emisión de carbono asociadas al transporte y fomento de la agrobiodiversidad al apoyar a la producción de especies cultivadas localmente. Además, constituye un gran apoyo a la agricultura familiar campesina e indígena, ya que son quienes producen alrededor del 80% de los alimentos a nivel global. Así mismo, son ellos quienes emplea más frecuentemente prácticas agrícolas sostenible y preservan las variedades tradicionales de cultivos y animales, así como prácticas culinarias emblemáticas.

Social y culturalmente La educación y la concientización juegan un papel fundamental en la promoción de la gastronomía sostenible. Es un rol importante dentro de las políticas públicas de los gobiernos de los países. Una alianza estratégica entre el gobierno, la academia, la sociedad civil y la cooperación internacional bajo la coordinación del Ministerio de Salud Pública es importante. El cambio de las dietas y sistemas alimentarios bajo patrones de sustentabilidad es una necesidad evidente, sin embargo, este cambio de patrones es muy difícil y complejo, implica cambiar costumbres alimentarias de la población. Difícil, pues implica no solamente aspectos económicos y ambientales, sino también la dimensión sociocultural.

En la última década, más y más países han comenzado a incorporar consideraciones de sostenibilidad en sus políticas alimentarias y programas de educación del consumidor. Dadas las implicaciones normativas y programáticas de las guías alimentarias, el desarrollo y la integración de recomendaciones que promuevan prácticas y elecciones alimentarias específicas han sido una estrategia obvia para abordar la sostenibilidad, principalmente en sus dimensiones nutricional y ambiental. Dietas sustentables son aquellas en las que se propende a la reducción de consumo de alimentos de origen animal, incrementar aquellos alimentos de origen vegetal, preferir alimentos locales y de temporada y reducir las bebidas azucaradas.

Es importante conservar las costumbres gastronómicas de cada país, sin embargo, programas como los desarrollados en Perú en donde se ha dado un giro a la comida tradicional peruana, pero con elementos de gastronomía sustentable, se consideran exitosos y están siendo aplicados en diversos países. Es así como la educación se debe centrar en adquirir conocimientos en hábitos alimentarios basados en la pertinencia cultural y vocación productiva local.



Figura 1. Hornado, plato típico de la Sierra ecuatoriana.

Por su capacidad de promover la inclusión y la cohesión comunitaria, la gastronomía desempeña un papel vital en el desarrollo social sostenible. Fomentar las técnicas culinarias sostenibles supone reforzar las economías regionales, ofrecer condiciones laborales dignas y ayudar a los agricultores locales. Además, la educación alimentaria es esencial para impulsar dietas equilibradas, reducir la prevalencia de enfermedades relacionadas con la dieta y mejorar la nutrición y la salud pública.



Figura 2. Encebollado y Ceviche, platos típicos de la costa ecuatoriana.

Reducir la huella ecológica de la producción y el consumo de alimentos y proteger el medio ambiente son los principales objetivos de la dimensión ecológica de la gastronomía sostenible. Esto incorpora técnicas agrícolas sostenibles de baja química, alta diversidad y mejor calidad del suelo, como la agricultura regenerativa, la agroecología y la permacultura. Además, la gastronomía sostenible promueve dietas basadas en plantas que son menos dañinas para el medio ambiente, el consumo responsable y la reducción del desperdicio de alimentos. Para reducir el impacto en el medio ambiente, es crucial adoptar tecnologías limpias y reducir el uso de plásticos y otros materiales no biodegradables en la cadena alimentaria.



Figura 3. Ayampaco y Mayto platos típicos de la Amazonía ecuatoriana.

Un componente clave de la identidad cultural y una forma de aferrarse a las costumbres y los conocimientos de los antepasados es la gastronomía. Para promover la cocina sostenible, es importante valorar y preservar la diversidad biocultural, así como la utilización de alimentos de origen local y técnicas culinarias tradicionales. Esto mejora la oferta gastronómica al tiempo que refuerza un sentimiento de orgullo y pertenencia comunitarios. Además, la cocina tiene el potencial

de promover el turismo sostenible atrayendo a turistas que valoran las experiencias reales respetuosas con el medio ambiente y la gente del lugar donde se encuentran.



Figura 4. Sopa Marinera, plato típico de Galápagos, Ecuador.

El reto de erradicar la inseguridad alimentaria requiere enfrentar las causas estructurales de la pobreza y la desigualdad económica, los cuales no solo dificultan el acceso a alimentos, sino que también retrasan el progreso hacia el desarrollo sostenible en su totalidad (Stewart, 2015). La meta 12.3 del Objetivo 12 indica reducir a la mitad el desperdicio de alimentos per cápita mundial en venta al por menor y a nivel de los consumidores y reducir las pérdidas de alimentos en las cadenas de producción y suministro, incluidas las pérdidas posteriores a la cosecha. Es así que hay que reducir los índices de pérdidas y desperdicio de alimentos.

Referencias

FAO, FIDA, OMS, PMA y UNICEF. 2023. El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2023. Urbanización, transformación de los sistemas agroalimentarios y dietas saludables a lo largo del continuo rural-urbano. Roma, FAO. <https://doi.org/10.4060/cc3017es>

FAO, FIDA, OMS, PMA y UNICEF. 2024. El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2023. Urbanización, transformación de los sistemas agroalimentarios y dietas saludables a lo largo del continuo rural-urbano. Roma, FAO. <https://doi.org/10.4060/cc3017es>

Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), La Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible: en la mitad del camino hacia 2030. Objetivos, metas e indicadores (LC/PUB.2023/13-P), Santiago, 2023