

OPINIÓN

De los desechos a la nutrición: una nueva mirada hacia la sostenibilidad alimentaria

Carolina Mella Ahumada, académica de Nutrición y Dietética de la Universidad Central Región de Coquimbo.

Cada año, toneladas de alimentos son descartadas antes de llegar a nuestras mesas. Cáscaras, tallos, semillas y otros subproductos que, aunque ricos en nutrientes, terminan en vertederos, aumentando la crisis ambiental y desperdiciando su potencial alimentario. En el marco del Día Cero Desechos, es fundamental reflexionar sobre cómo podemos transformar estos residuos en oportunidades.

El desperdicio de alimentos tiene un impacto ambiental considerable, contribuyendo a la sobreexplotación de recursos hídricos y la degradación del suelo. La revalorización de descartes alimentarios se presenta como una estrategia clave dentro de la economía circular, donde los residuos no son desechos, sino insumos para nuevos procesos productivos.

A través de la ciencia y la innovación, se está demostrando que los descartes no son basura, sino recursos valiosos que pueden mejorar la salud y aportar a la economía circular. Implementar tecnologías para extraer biocompuestos beneficiosos de estos residuos, utilizarlos en alimentos funcionales o en suplementos nutricionales es una solución viable y necesaria para construir sistemas alimentarios más resilientes.

El Día Cero Desechos nos invita a repensar nuestra relación con los alimentos y su ciclo de vida. Desde la industria hasta el consumidor final, todos podemos contribuir: empresas adoptando procesos de producción más eficientes, científicos desarrollando alternativas innovadoras y cada uno de nosotros tomando decisiones más conscientes en el día a día.

Se necesita un cambio cultural, donde se potencia la educación en el impacto del desperdicio y fomentan prácticas que promuevan un mejor uso de recursos, desde pequeñas acciones en los hogares a estrategias de gran escala en la industria.

El futuro de la alimentación no solo depende de cuánto producimos, sino de cómo aprovechamos cada recurso disponible. Es importante transitar hacia un modelo donde la nutrición y la sostenibilidad vayan de la mano, en que no se trata solo de evitar que los alimentos terminen en la basura, sino aprovechar todo su potencial, donde lo que hoy consideramos desecho se convierta en una nueva oportunidad para alimentar al mundo.