

LOS INSECTOS son ricos en proteínas y pueden contribuir a la salud humana y del planeta.



ILUSTRACIÓN: HYPO PHOTOS

INCLUYE EL CONSUMO DE INSECTOS:

Soluciones de la Unión Europea para una alimentación sostenible

Buscan centrar esfuerzos en limitar el desperdicio y aumentar el consumo de plantas, frutas, verduras, cereales y alimentos con baja huella ambiental.

LUIS SAN MARTÍN ARZOLA

Según la Comisión Europea, para impulsar la alimentación sostenible a nivel de producción, es necesario reducir un 20% la utilización de fertilizantes y un 50% el de pesticidas, además de usar un cuarto de toda la tierra disponible para la agricultura ecológica.

Pero si se trata del comportamiento de su población, la Unión Europea (UE) centra sus esfuerzos en reducir la cantidad de los alimentos que se consumen, limitar el desperdicio y aumentar el consumo a base de plantas, frutas, verduras, cereales y alimentos en general, que contribuyan a la salud de la especie y disminuyan la huella ambiental.

Una de las estrategias que plantea la organización, que reúne a 27 países europeos, se denomina "De la granja a la mesa". Esta

consiste en evitar el despilfarro con el fomento de "prácticas agrícolas verdes y de km 0, promoviendo dietas saludables", afirma Jesús Simal Gándara, catedrático del Área de Nutrición y Bromatología en la Universidad de Vigo, España.

En el mismo sentido, uno de los pilares del esquema de sostenibilidad de la UE es impulsar dietas como el veganismo o el vegetarianismo, que para el experto "mejoran la salud pública, tienen menor impacto ambiental, usan recursos más eficientemente y contribuyen a la reducción de emisiones y la biodiversidad".

Existe otra dieta poco común que aparece en este contexto: comer insectos. La UE la promueve debido a "su alta eficiencia en la conversión de alimento en proteína, menor emisión de gases de efecto invernadero y uso reducido

de agua y suelo", agrega el también investigador principal del Centro de Investigación Singular de Paisajes Atlánticos Culturales (CISPAC), de Santiago de Compostela, España.

Comenta que consumir insectos contribuye a la disminución de la presión sobre los recursos naturales, además de muchas otras ventajas.

De acuerdo a la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), los insectos abundan en el mundo y facilitarían la transición hacia dietas saludables y sostenibles. Asimismo, el organismo sostiene que tomarán un rol preponderante para enfrentar los problemas de la humanidad en este siglo, tales como la subida de precios de la proteína animal, su demanda por parte de las clases medias o la sobrepoblación.