Día Mundial da Alimentación 2025: “Da man por uns alimentos e un futuro mellores”

Tempo estimado de lectura: 4 min

Autor: **Xanela Aberta á Familia**



Cada 16 de outubro, máis de 150 países únense para celebrar o **Día Mundial da Alimentación (DMA)**, proclamado pola Organización das Nacións Unidas para a Alimentación e a Agricultura (FAO) e conmemorado desde 1981. Este 2025, a data cobra un significado especial, xa que coincide co **80.º aniversario da FAO.**

O lema oficial deste ano é “**Mano de la mano por unos alimentos y un futuro mejores**”, unha chamada á cooperación global para transformar os sistemas agroalimentarios e garantir que todas as persoas teñan acceso a dietas saudables, nutritivas, accesibles e sostibles, ao tempo que se protexen os recursos naturais e o planeta.

Unha celebración con acción global

O Día Mundial da Alimentación non é só un día para reflexionar, senón tamén unha oportunidade para actuar. Este ano, a celebración intégrase na **Semana do Foro Mundial da Alimentación (World Food Forum)**, que terá lugar en Roma do 10 ao 17 de outubro e que inclúe:

- Acción Xuvenil Global, para implicar á mocidade na transformación alimentaria.
- Foro de Ciencia e Innovación, con solucións prácticas para unha produción sostible.

- Foro de Investimento “Mano de la Mano”, que conecta proxectos agrícolas con financiamento.

Pasa á acción: que podemos facer

A FAO lembra que o cambio só será posible se todos os sectores da sociedade se implican.

Como cidadán/á podes:

- Escoller alimentos locais e de tempada, apoiando á economía próxima e reducindo o impacto ambiental.
- Aumentar o consumo de froitas, verduras, legumes, froitos secos e cereais integrais.
- Diversificar a dieta para protexer a biodiversidade.
- Manter boas prácticas de inocuidad alimentaria.
- Aprender a interpretar etiquetas e diferenciar entre “consumo preferente” e “caducidade” para evitar desperdicio.
- Apoiar aos #HéroesDeLaAlimentación locais, como agricultores, mariñeiros ou produtores.
- Reducir o desperdicio alimentario planificando compras e aproveitando restos

Por que é urxente actuar?

Millóns de persoas seguen a padecer fame crónica, mentres que outras sofren enfermidades relacionadas cunha dieta pouco saudable, como obesidade ou diabetes. Ademais, a crise climática, os conflitos e as desigualdades fan que a situación sexa cada vez máis complexa. Transformar a forma en que producimos e consumimos alimentos xa non é unha opción: é unha necesidade.

Como participar no Día Mundial da Alimentación

- Participa en actividades locais como feiras de produtos de tempada, obradoiros de cociña ou charlas educativas.
- Difunde a mensaxe nas redes sociais empregando #DMA2025 e

#HéroesDeLaAlimentación.

- Inspira á túa comunidade compartindo boas prácticas, receitas sostibles ou apoiando aos produtores locais.

- Consulta os recursos da FAO, con xogos e materiais educativos para todas as idades.

Unha mensaxe para Galicia

Galicia conta cunha enorme riqueza agrícola, mariñeira e gastronómica. Os produtos frescos do mar, as hortas de tempada, as carnes e queixos con denominación de orixe forman parte da nosa identidade e contribúen a unha dieta de calidade. O Día Mundial da Alimentación é unha ocasión perfecta para valorizar este patrimonio, apoiar aos produtores locais e lembrar que cada decisión que tomamos á hora de comer pode contribuír a un futuro mellor para todas as persoas.

