

Día mundial da alimentación 2024

Tempo estimado de lectura: 7 min 30 seg

Autor: **Xanela Aberta á Familia**

Imaxe Día mundial da alimentación 2024

O **Día Mundial da Alimentación 2024**, que se celebrará o 16 de outubro, ten como lema "Dereito aos alimentos para unha vida e futuro mellores". Esta data, establecida en 1981 pola **Organización das Nacións Unidas para a Alimentación e a Agricultura** (FAO), converteuse nunha xornada clave para reflexionar sobre un dos problemas máis perentorios da humanidade: a fame e a malnutrición.

A pesar de que, en teoría, o mundo produce suficientes alimentos para cubrir as necesidades da poboación mundial, **733 millóns de persoas** seguen enfrontando a fame. Neste contexto, o lema de 2024 resalta a importancia de garantir o **dereito aos alimentos** como un pilar fundamental para construír sociedades máis equitativas e sostibles.

A importancia do dereito á alimentación

O **dereito á alimentación** é un principio básico recoñecido pola **Declaración Universal dos Dereitos Humanos**. Todas as persoas, independentemente da súa situación socioeconómica, deben ter acceso a alimentos suficientes, nutritivos e saudables. Con todo, a realidade dista moito deste ideal. As causas da fame son múltiples e complexas, dende **crises económicas** e **conflitos armados** ata os efectos devastadores do **cambio climático**. Estes factores, combinados con sistemas agroalimentarios fráxiles, perpetúan un ciclo de pobreza e desigualdade que afecta, sobre todo, ás comunidades máis vulnerables.

Os alimentos non son só unha necesidade básica para a supervivencia; son tamén un medio para garantir unha vida digna e saudable. Unha alimentación adecuada non só fai referencia á cantidade, senón tamén á **calidade e á diversidade** dos alimentos. En moitos países, especialmente nas rexións en vías de desenvolvemento, millóns de persoas vense obrigadas a consumir alimentos de baixa calidade nutricional debido á accesibilidade, o que contribúe á malnutrición en todas as súas formas: desde a desnutrición ata a obesidade.

O impacto da fame no mundo

A nivel global, a fame segue sendo unha das maiores ameazas para o benestar humano. A FAO estima que **733 millóns de persoas** sofren de fame crónica, unha cifra alarmante que reflicte as profundas desigualdades que persisten no acceso aos recursos. A fame e a malnutrición non só privan ás persoas do seu dereito á alimentación, senón que tamén afectan a outros dereitos humanos, como o acceso á **educación**, á **saúde** e ao **emprego**.

Sistemas agroalimentarios e o seu impacto no cambio climático

Un dos aspectos máis importantes a destacar na loita contra a fame é o papel que xogan os **sistemas agroalimentarios**. Estes sistemas, que engloban desde a produción e distribución de alimentos ata o seu consumo, son fundamentais para garantir o acceso a unha **alimentación saudable**. Porén, tamén son vulnerables ás **crises climáticas** e, ao mesmo tempo, contribúen ao deterioro do medio ambiente. A **agricultura industrial**, en particular, é responsable dunha gran parte das **emisións de gases de efecto invernadoiro**, a **degradación do solo** e a **perda de biodiversidade**.

Neste sentido, a FAO fai un chamamento urxente á **transformación dos sistemas agroalimentarios**. É necesario adoptar prácticas agrícolas máis sostibles e respectuosas co medio ambiente, que non só mitiguen o cambio climático, senón que tamén promovan a **resiliencia** das comunidades máis vulnerables. O futuro da alimentación pasa por acadar un equilibrio entre a produción de alimentos suficientes para todos e a **protección do planeta**.



Alimentación saudable e accesible para todos

O lema do **Día Mundial da Alimentación 2024** tamén fai fincapé na importancia dunha **alimentación saudable para todos**. Na actualidade, **2.800 millóns de persoas** no mundo non poden permitirse unha **alimentación equilibrada** e de calidade. Este feito ten graves consecuencias para a saúde pública, xa que unha alimentación pouco saudable é unha das principais causas de malnutrición, que pode manifestarse tanto en forma de **desnutrición** como de **sobrepeso** e **obesidade**. Unha alimentación saudable debe ser **diversa**, é dicir, debe incluír unha variedade de alimentos que acheguen os nutrientes necesarios para o correcto desenvolvemento do organismo. Porén, en moitas rexións do mundo, as persoas máis vulnerables vense obrigadas a depender de **alimentos básicos** ou de baixo custo que, a miúdo, non cobren as necesidades nutricionais mínimas. Esta situación non só aumenta o risco de malnutrición, senón que tamén perpetúa as **desigualdades** en materia de saúde

Ademais, a falta de acceso a **alimentos frescos** e nutritivos, xunto á falta de información sobre **hábitos alimenticios saudables**, contribúe a que moitas persoas opten por dietas de baixa calidade nutricional. Combater este problema require un esforzo conxunto dos **gobiernos**, o **sector privado** e a **sociedade civil** para promover políticas que favorezan o acceso a unha alimentación saudable e asequible para todos.

Que podemos facer nós?

A loita contra a fame non é só responsabilidade dos gobernos ou das organizacións internacionais. **Todos temos un papel que desempeñar** neste desafío global. Como consumidores, podemos tomar decisións máis conscientes na nosa alimentación, elixindo **produtos sostibles**, reducindo o **desperdicio de alimentos** e apoiando iniciativas locais que promovan o acceso a alimentos frescos e nutritivos.

Ademais, podemos **esixir aos gobernos** que adopten medidas para reducir as desigualdades e a pobreza, así como promover políticas que favorezan a **seguridade alimentaria**. Só cando todos disfrutemos do dereito humano a unha **alimentación adecuada**, poderemos avanzar cara un futuro máis xusto e equitativo para todos.

O **Día Mundial da Alimentación 2024** lémbraunos que o acceso aos alimentos é un **dereito humano fundamental**, que aínda está lonxe de ser unha realidade para millóns de persoas en todo o mundo. A loita contra a fame e a malnutrición é un **desafío global** que require un enfoque integral, que aborde tanto as causas estruturais do problema como as solucións sostibles a longo prazo. **Transformar os sistemas agroalimentarios** e garantir que todos poidan disfrutar dunha alimentación saudable e nutritiva é clave para lograr un **futuro mellor para todos**.

Imaxe comida saudable, día mundial da alimentación