

CONGRESO SOCHINUT: "COLOQUIOS EN NUTRICIÓN"

Referencia

SCH2020/44

Título: "Composición nutricional de los desperdicios de alimentos generados por hogares chilenos"

Autores: Morales M.¹, Huentel C.¹, Jara C.¹, Solís Y.¹, Cáceres P.²

Afiliación: ¹Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad de Chile, Santiago, Chile. ²Departamento de Nutrición, Universidad de Chile, Santiago, Chile.

Marco teórico y objetivos

El desperdicio de alimentos se define como "una disminución en la cantidad y calidad de alimentos" aptos para el consumo humano, que ocurre a nivel de vendedores mayoristas, minoristas, proveedores de servicios alimentarios y consumidores¹. Dentro de éstos últimos, el desperdicio ocurrido al interior de los hogares es el más alto, representando un riesgo para la economía familiar, la nutrición de sus integrantes, y para el ambiente². Estudios internacionales muestran que los alimentos más desperdiciados son vegetales, cuya pérdida también implica una pérdida en micronutrientes, fitoquímicos y fibra³.

Objetivo: Determinar la composición nutricional, en energía, macro y micronutrientes, de los desperdicios de alimentos generados por hogares chilenos de la Región Metropolitana.

Material y Métodos:

Estudio descriptivo experimental, tipo piloto, realizado en 15 hogares de nivel socioeconómico medio/medio bajo, escogidos mediante muestreo no probabilístico por conveniencia. Cada familia realizó un registro y pesaje diario de los alimentos desperdiciados por 7 días. Los alimentos fueron clasificados en 4 grupos: "frutas y verduras", "productos de panadería", "platos preparados" y "otros". Para cada grupo se determinó la composición y cantidad y con ello se obtuvo el aporte nutricional de acuerdo a la información de la base de datos del Departamento de Agricultura de Estados Unidos (USDA).

Resultados

La cantidad de energía promedio desperdiciada por familia fue de 4.335 kcal/semana (1141 kcal/per cápita). De los macronutrientes, los carbohidratos fueron los más desperdiciados (0,58 kg/familia) siendo el pan (productos de panadería) el alimento que más contribuye a su pérdida. Le siguen las proteínas (0,22 kg/familia), aportadas mayormente por el pan y, finalmente los lípidos (0,13 kg/familia) para los cuales el aceite de cocina (platos preparados) fue el mayor contribuyente. En cuanto a la fibra se desperdiciaron 0,10 kg/familia aportados en su mayoría por el pan, seguido de la categoría frutas y verduras. Respecto a los micronutrientes, las vitaminas C (Ácido Ascórbico) y B3 (niacina) y los minerales potasio (K) y sodio (Na) fueron los más desperdiciados. Para la vitamina C y el K, la fuente principal fueron las frutas y verduras, donde el limón y la cáscara de papa fueron los que más contribuyeron respectivamente. Para B3 y Na fueron los productos de panadería, específicamente el pan, el mayor contribuyente.



Figura N°1: Cantidad de vitaminas (mg) desperdiciadas por grupo de alimento



Figura N°2: Cantidad de minerales (mg) desperdiciados por grupo de alimento

Conclusiones:

El desperdicio de alimentos conlleva una pérdida importante de energía y nutrientes, provenientes principalmente de alimentos como el pan y las frutas y verduras. Estas últimas además son el grupo más desperdiciado, con las cáscaras de papa como el mayor contribuyente tanto en cantidad como en nutrientes desperdiciados. Conocer el impacto nutricional de los desperdicios es necesario para respaldar políticas públicas y/o campañas de educación dirigidas a disminuir el desperdicio de alimentos en Chile.

Referencias

1. FAO. 2015. Food loss and waste facts. Available at: <http://www.fao.org/savefood/recursos/infografia/es/> (accessed May 2020).
2. von Massow, M., Parizeau, K., Gallant, M., Wickson, M., Haines, J., Ma, D.W.L., Wallace, A., Carroll, N., Duncan, A.M., 2019. Valuing the Multiple Impacts of Household Food Waste. Front. Nutr. 6:143. doi: 10.3389/fnut.2019.00143
3. Aschemann-Witzel, J., Giménez, A., Ares, G., 2019. Household food waste in an emerging country and the reasons why: Consumer's own accounts and how it differs for target groups. Resources, Conservation and Recycling. 145, 332-338. doi.org/10.1016/j.resconrec.2019.03.001

Agradecimientos

Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad de Chile.

*En caso de preguntas contactar a paolacaceres@uchile.cl