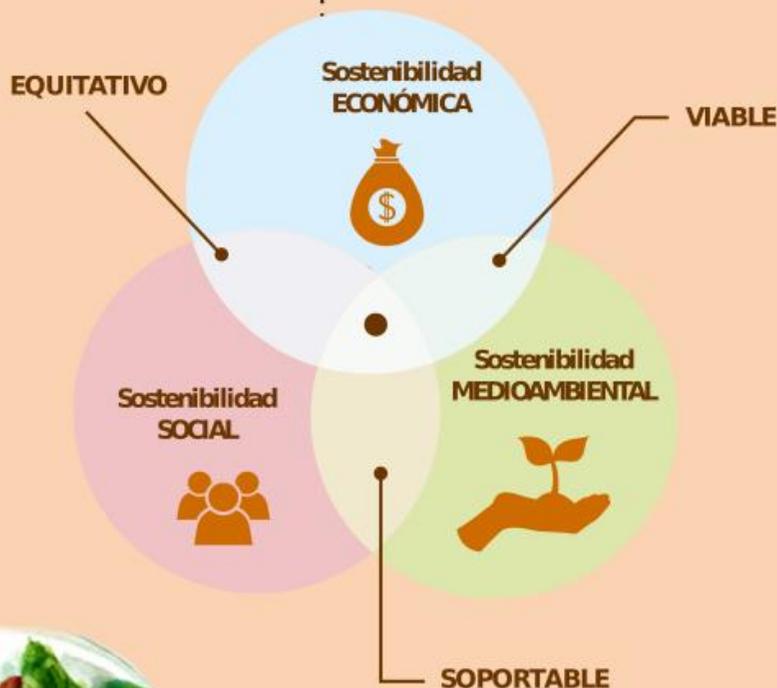


# LA ALIMENTACIÓN SOSTENIBLE



## DESARROLLO SOSTENIBLE



## LA ALIMENTACIÓN DEBE SER SOSTENIBLE EN LO AMBIENTAL, ECONÓMICO Y SOCIAL



Aumentar la ingesta de frutas y vegetales



Preferir alimentos locales y de temporada (kilómetro cero)



Uso de las fuentes renovables de energía en la producción de alimentos



Consumir pescado de reservas sostenibles solamente



Reducir la pérdida y el desperdicio de alimentos



Reducir el consumo de carne roja y procesada, alimentos altamente procesados y bebidas azucaradas



Uso óptimo de los suelos y disminución de la huella hídrica

### Otros factores para la alimentación sostenible

Comer en familia

Género y equidad

Educación alimentaria y nutricional

Conectar al agricultor con el consumidor

Preservar las tradiciones

Agroecología-Agricultura del futuro

Precios justos