

# Ciudades con buenos alimentos: Lograr una dieta de salud planetaria para todos

El actual sistema alimentario mundial está fuera de equilibrio. Millones de personas en todo el mundo no tienen alimentos suficientes, mientras que millones de otras consumen demasiado. Más de 820 millones de personas padecen hambre, pero muchas más comen una dieta poco saludable que contribuye a la muerte prematura y al aumento de los costos de atención médica.<sup>i</sup> El consumo bajo de frutas y verduras, frutos secos y legumbres y el consumo excesivo de carne roja, lácteos<sup>ii</sup> y alimentos ultraprocesados y/o ricos en grasas, azúcar y sal<sup>iii</sup> se asocian con numerosas enfermedades crónicas, como cardiopatía coronaria, infartos, cáncer y diabetes tipo 2.

Nuestras dietas no sólo están perjudicando nuestra salud, sino también el ecosistema que apoya la vida humana. Los alimentos son uno de los mayores impulsores del cambio ambiental global que contribuye al cambio climático, la pérdida de biodiversidad, el uso de agua dulce, la interferencia con los ciclos naturales de nitrógeno y fósforo y cambios en el uso del suelo. Las investigaciones muestran que, sin cambios sustanciales, las emisiones de gases de efecto invernadero del sector alimentario aumentarán un 38% para 2050.<sup>iv</sup> El mundo está en una crisis climática que causa sequías, inundaciones y desertificación, reduciendo nuestra capacidad de alimentar a todos en el planeta.<sup>v</sup>

En 2017, las emisiones asociadas al consumo de alimentos en las ciudades C40 representaron casi el 13% de las emisiones totales de gases de efecto invernadero (GEI) de las ciudades, y el consumo de alimentos de origen animal representaba casi el 75% de esas emisiones alimentarias.<sup>vi</sup> La mayor parte de los alimentos del mundo se consumen en las ciudades (se espera que el 80% de todos los alimentos se consuman en ellas para 2050<sup>vii</sup>). La inseguridad alimentaria, la desnutrición, la subnutrición infantil y las deficiencias de micronutrientes son problemas cada vez más urbanos, tanto como el aumento de las tasas de obesidad.

Además, se estima que un tercio de todos los alimentos producidos a nivel mundial se pierden o desperdician, con un valor estimado de más de 900.000 millones de dólares de EE.UU., lo que equivale al PIB de Indonesia o de los Países Bajos. Si el desperdicio de alimentos fuese un país, sería el tercer emisor más grande del mundo después de China y Estados Unidos.<sup>viii</sup> La pérdida de alimentos también representa un gran desperdicio de mano de obra, agua, energía, suelo y otros recursos naturales, así como emisiones, que se destinaron a producirlos.<sup>ix</sup>

Como alcaldes de algunas de las ciudades más grandes del mundo, reconocemos el poder de la política alimentaria para reducir las emisiones de GEI y cumplir con el objetivo de 1.5°C del Acuerdo de París. Podemos ser líderes mundiales y desarrollar sistemas alimentarios sostenibles, inclusivos y resilientes al acelerar nuestro progreso hacia el logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible. Cuando nuestros gobiernos municipales compran directamente alimentos que se sirven en escuelas, hospitales y otras instituciones públicas, nos aseguraremos de que esas comidas sean **saludables y sostenibles** y se obtengan idealmente de la agricultura orgánica.<sup>x</sup> Podemos influir en la distribución, la disponibilidad y la asequibilidad de los alimentos, así como regular los anuncios de alimentos en los espacios públicos a fin de promover alimentos menos procesados y **desalentar el consumo de alimentos ultraprocesados y/o altos en grasas, azúcar y sal.**<sup>xi</sup> Podemos impactar sobre cómo se utiliza la tierra y cómo se producen los alimentos dentro y más allá de nuestros límites. Tenemos el poder de reducir el desperdicio de alimentos para minimizar las emisiones generadas por los alimentos que no se consumen, así como mejorar la circularidad general del sistema.

La investigación por [C40/ARUP/University of Leeds](#) y separadamente por [EAT/Lancet](#) resalta la magnitud del problema de las dietas insostenibles para la salud de las personas y el planeta. Estos estudios también proporcionan una manera de avanzar y ofrecen objetivos concretos para la transición a una “[dieta de salud planetaria](#)” -- que implica consumir más frutas, verduras, frutos secos y legumbres, y para muchos, menos alimentos de fuentes animales. La dieta de salud planetaria tiene el potencial de reducir drásticamente las emisiones y proporcionar una dieta equilibrada y nutricional para 10 mil millones de personas, al tiempo que salva 11 millones de vidas cada año. Debido a que la obesidad y la desnutrición a menudo coexisten y la inseguridad alimentaria es un desafío global, el cambio hacia una dieta de salud planetaria implica mantener la ingesta calórica general dentro de las pautas recomendadas y asegurar el consumo de alimentos saludables y nutritivos, especialmente para aquellos con acceso limitado a los alimentos.

A través de C40 y su colaboración con la [Fundación EAT](#), el [Pacto de política alimentaria urbana de Milán](#), y la “[Cool Food Pledge](#)” [WRI](#), los líderes de la ciudad están trabajando para transformar los sistemas alimentarios urbanos. Si bien no podemos hacerlo solos, nos comprometemos a responder a las emergencias climáticas y sanitarias mundiales y a reunir a las partes interesadas necesarias para obtener resultados rápidamente.

**Nos comprometemos** a trabajar con nuestros ciudadanos para lograr una “*Dieta de salud planetaria*” para todos para 2030<sup>xii</sup>, con alimentos equilibrados y nutritivos, que reflejen la cultura, geografía y demografía de nuestros ciudadanos.

#### **Lo lograremos aplicando las siguientes medidas :**

- Alinear nuestra adquisición de alimentos con la Dieta de salud planetaria, idealmente procedente de la agricultura orgánica.
- Apoyar un aumento general del consumo saludable de alimentos a base de plantas en las ciudades al alejarse de dietas insostenibles e insalubres.
- Reducir la pérdida y el desperdicio de alimentos en un 50% con relación a 2015.
- Dentro de un plazo de dos años después de firmar esta declaración, trabajar con ciudadanos, empresas, instituciones públicas y otras organizaciones para desarrollar una estrategia conjunta para implementar estas medidas y lograr estos objetivos de manera inclusiva y equitativa, e incorporar esta estrategia en nuestro Plan de acción climática.

*Cada ciudad elaborará y compartirá un plan de acción detallado, que incluirá cifras de referencia y beneficios ambientales, sanitarios, sociales y económicos cuando estén disponibles, sobre los que informarán periódicamente.*

---

<sup>i</sup> Preguntas frecuentes, 2018, [El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo](#)

<sup>ii</sup> Comisión EAT-Lancet, 2019, [Alimentos en el Antropoceno](#)

<sup>iii</sup> Ministerio de Salud de Brasil (2014) [Pautas alimentarias para la población brasileña](#)

<sup>iv</sup> C40, 2019, [En enfoque: Abordar el consumo relacionado con los alimentos en las ciudades C40](#)

<sup>v</sup> Despacho de la ONU, [Explicación de los refugiados climáticos \(2017\)](#)

<sup>vi</sup> C40, 2019, [En enfoque: Abordar el consumo relacionado con los alimentos en las ciudades C40](#)

<sup>vii</sup> Fundación Ellen MacArthur, 2019, [Ciudades y la economía circular para la alimentación](#)

<sup>viii</sup> Preguntas frecuentes, 2015, [Huella de desperdicio de alimentos y cambio climático](#)

<sup>ix</sup> C40, 2019, [En enfoque: Abordar el consumo relacionado con los alimentos en las ciudades C40](#)

<sup>x</sup> Preguntas frecuentes, [Programa de agricultura orgánica](#): "La agricultura orgánica es un sistema holístico de gestión de la producción que promueve y mejora la salud de los agroecosistemas, incluso la biodiversidad, los ciclos biológicos y la actividad biológica del suelo. Hace hincapié en el uso de prácticas de gestión en lugar del uso de insumos fuera de la granja, teniendo en cuenta que las condiciones regionales requieren sistemas adaptados. Esto se logra mediante el uso, cuando sea posible, de

---

métodos agronómicos, biológicos y mecánicos, en lugar de utilizar materiales sintéticos, para cumplir cualquier función específica dentro del sistema".

<sup>xi</sup> Ministerio de Salud de Brasil (2014) [Pautas alimentarias para la población brasileña](#)

<sup>xii</sup> **"Dieta de salud planetaria para todos los ciudadanos para 2030"**, con alimentos equilibrados y nutritivos que proveen hasta 2,500 calorías al día para todos los adultos, sin exceder los 16 kg de carne por persona al año o ~300 g por semana, y 90 kg de lácteos por persona al año o ~250 g por día, y baja en alimentos ultraprocesados.