



Organización de las Naciones  
Unidas para la Alimentación  
y la Agricultura



AÑO INTERNACIONAL DE LAS  
**FRUTAS Y VERDURAS**

2021

**LAS FRUTAS Y VERDURAS,  
ELEMENTOS ESENCIALES  
DE TU DIETA**



La Asamblea General de las Naciones Unidas proclamó el año 2021 como el Año Internacional de las Frutas y Verduras (AIFV) y a la FAO como organismo encargado de celebrarlo

El AIFV 2021 ofrece la oportunidad única de sensibilizar sobre la importancia de las frutas y verduras para la nutrición humana, la seguridad alimentaria y la salud y para el logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible de las Naciones Unidas.





## Objetivos del AIFV 2021

1. **Concienciar sobre los beneficios del consumo de frutas y verduras para la salud y la nutrición y orientar las políticas hacia dichos beneficios.**
2. **Promover dietas y estilos de vida saludables, equilibrados y diversificados mediante el consumo de frutas y verduras.**
3. **Reducir la pérdida y el desperdicio en los sistemas alimentarios de las frutas y verduras.**
4. **Difundir las mejores prácticas sobre:**
  - mayor sostenibilidad en el almacenamiento, transporte, comercio, procesamiento, transformación, venta minorista, reducción del desperdicio y reciclaje
  - integración de los pequeños agricultores, en especial los agricultores familiares, en las cadenas de producción, suministro y valor locales, regionales y mundiales
  - fortalecimiento de capacidades para adoptar enfoques y tecnologías innovadores de la lucha contra la pérdida y el desperdicio de frutas y verduras.





## DEFINICIÓN DE FRUTAS Y VERDURAS A EFECTOS DEL AIFV

Plantas o partes de plantas comestibles aptas para el consumo humano en estado crudo, conservado o procesado.

Quedan excluidos

- raíces feculentas y tubérculos como la patata, el ñame y la batata;
- leguminosas de grano seco (legumbres);
- nueces, semillas y semillas oleaginosas
- plantas medicinales, especias, a menos que se utilicen como verdura;
- estimulantes, como el té, el cacao o el café;
- productos elaborados a partir de frutas y verduras, como bebidas alcohólicas
- productos de fruta y verdura con ingredientes añadidos (por ejemplo, zumos de fruta envasados o ketchup).





## Mensajes clave

Las frutas y hortalizas son buenas fuentes de fibra dietética, vitaminas y minerales (por ejemplo, ácido fólico, vitaminas A y C, potasio) y sustancias fitoquímicas beneficiosas.

Como parte de una dieta saludable, las frutas y hortalizas pueden ayudar a **reducir los factores de riesgo** de enfermedades no transmisibles, como el sobrepeso y la obesidad, inflamaciones crónicas, hipertensión y colesterol alto.

Una **cantidad mínima de 400 g al día**, o cinco porciones, de frutas y hortalizas es beneficiosa para la salud.





## Mensajes clave

Hasta un 50 % de las frutas y hortalizas producidas en los países en desarrollo **se pierde** a lo largo de la cadena de suministro, desde la cosecha hasta el consumo.

Para producir una naranja pueden ser necesarios hasta 50 litros de agua. Las pérdidas de frutas y hortalizas representan un **despilfarro de recursos** crecientemente escasos como el suelo y el agua.





## Mensajes clave

Cantidades considerables de frutas y hortalizas perfectamente aptas para el consumo se **desperdician** a lo largo del sistema alimentario debido a **irregularidades estéticas o físicas**.

Las **innovaciones** digitales hacen posible rastrear los productos frescos desde su producción hasta su consumo. Esto amplía las oportunidades comerciales, reduce las pérdidas y el desperdicio y aumenta la transparencia de la cadena de valor.





## Mensajes clave

La gran **diversidad** de frutas y hortalizas ofrece opciones que se adaptan a diferentes sistemas de producción y mercados.

La producción de frutas y hortalizas de alto valor puede ser **rentable**, en comparación con otros cultivos, con **cantidades reducidas de tierra, agua y nutrientes**.





## Mensajes clave

La COVID-19 ha demostrado la importancia de las **cadena de valor cortas e inclusivas**, en particular en el caso de las frutas y hortalizas, como forma de proporcionar mejores oportunidades comerciales a los agricultores familiares en zonas urbanas y periurbanas.





## Lineas de acción





## ***Líneas de acción del AIFV 2021***

### **1. Promoción y sensibilización**

- Concienciar sobre la contribución de las frutas y verduras a la mejora de la **nutrición**, la diversidad alimentaria y la salud; sobre su efecto en la sociedad, la economía y el medio ambiente; y sobre su contribución al **desarrollo sostenible**.
- Promover los objetivos del año y fomentar su **integración en los programas de desarrollo** nacionales, regionales y mundiales.
- Impulsar un **debate global** sobre diferentes aspectos de las frutas y las verduras y sobre su contribución a los **Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS)** y otros convenios, convenciones y directrices mundiales pertinentes.





## ***Líneas de acción del AIFV 2021***

### **2. Creación y difusión de conocimientos**

- Conocer mejor cómo contribuyen los diferentes aspectos de los sistemas alimentarios de las frutas y verduras a la sociedad, la economía y la sostenibilidad ambiental en los países tanto desarrollados como en desarrollo, y crear mensajes de comunicación basados en hechos objetivos.
- Fomentar las herramientas y los mecanismos para el seguimiento y la medición de los efectos positivos y negativos de los diferentes aspectos del AIFV 2021.



## ***Líneas de acción del AIFV 2021***

### **3. Formulación de políticas**

- Promover **políticas, leyes y reglamentos** basados en datos comprobados y el intercambio de buenas prácticas que fomentan y maximizan la contribución de las frutas y verduras al desarrollo sostenible, el crecimiento económico y los medios de vida rurales, la inocuidad alimentaria y la promoción de las dietas saludables, equilibradas y diversificadas.
- Potenciar los enfoques integrados y holísticos para la gestión de los sistemas alimentarios de las frutas y verduras por medio de **políticas nacionales transversales que contribuyen al logro de los ODS** y las metas de los convenios, convenciones y directrices mundiales pertinentes.
- Estimular la cooperación y las asociaciones del **sector público y el sector privado** en diferentes ámbitos del AIFV 2021, como la investigación.
- Favorecer la **inversión en innovación y desarrollo de infraestructuras** a fin de fomentar el consumo y la producción sostenible de frutas y verduras y reducir su pérdida y desperdicio.





## ***Líneas de acción del AIFV 2021***

### **4. Fomento de la capacidad y educación**

- Respalda la formulación y aplicación de políticas y **programas educativos** (como programas de alimentación escolar, huertos escolares, jardines urbanos y periurbanos y huertos de azotea, lugares de trabajo saludables, conocimientos sobre alimentación, programas educativos sobre la pérdida y el desperdicio comunitarios de alimentos) y **material educativo conexo** para dar a conocer los beneficios de la producción y el consumo de frutas y verduras, sus implicaciones para la salud y la nutrición y otros temas relacionados del AIFV 2021.
- Aumentar la integración de la **educación nutricional** —con una atención especial a la importancia de las frutas y las verduras— en la elaboración de planes de estudio, de conformidad con la Agenda 2030 y los ODS.
- **Empoderar** a las partes interesadas, y en especial a las **mujeres y los jóvenes**, mediante la creación de conocimientos y el desarrollo de competencias en el ámbito de la producción y la manipulación poscosecha, el procesamiento, la preparación, la comercialización y el consumo de frutas y verduras.





## Contexto del AIFV

Atención mundial al sistema alimentario mundial

Hambre en aumento, tanto crónica como aguda

Obesidad y sobrepeso en aumento

Pérdidas y desperdicios de los alimentos

Agricultura familiar

Pandemia





## Pérdidas y Desperdicios



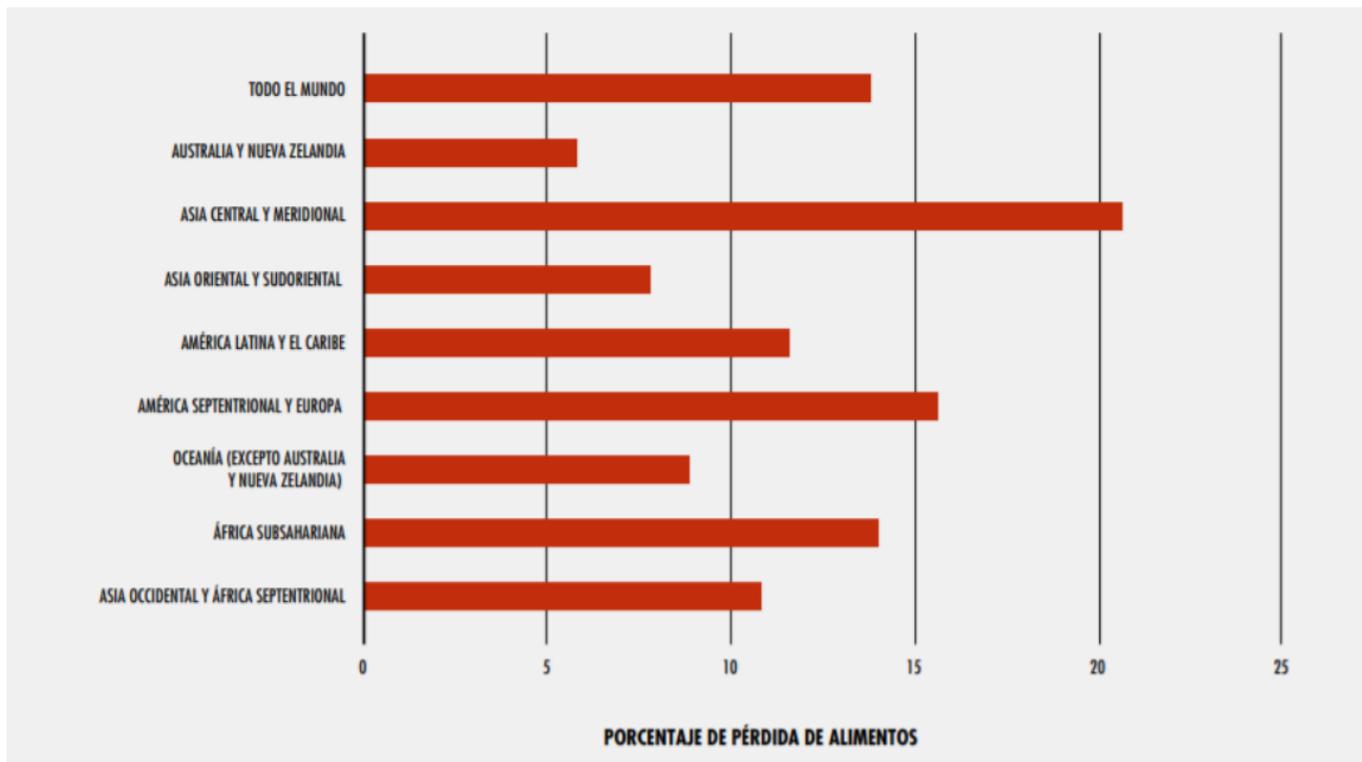


## Indices de pérdidas y desperdicios

- Índice de pérdida de alimentos (IPA) FAO
  - a escala mundial, en términos de valor económico, se pierde alrededor del 14% de los alimentos producidos desde la poscosecha hasta el nivel minorista sin incluirlo
- Índice de desperdicio de alimentos (IDA) UNEP
  - 931 m toneladas de desperdicio de alimentos en 2019
    - 61% en los hogares
    - 26% en los servicios de alimentos
    - 13% en las ventas al detalle
  - ➔ 17 % de la producción total de alimentos se desperdicia

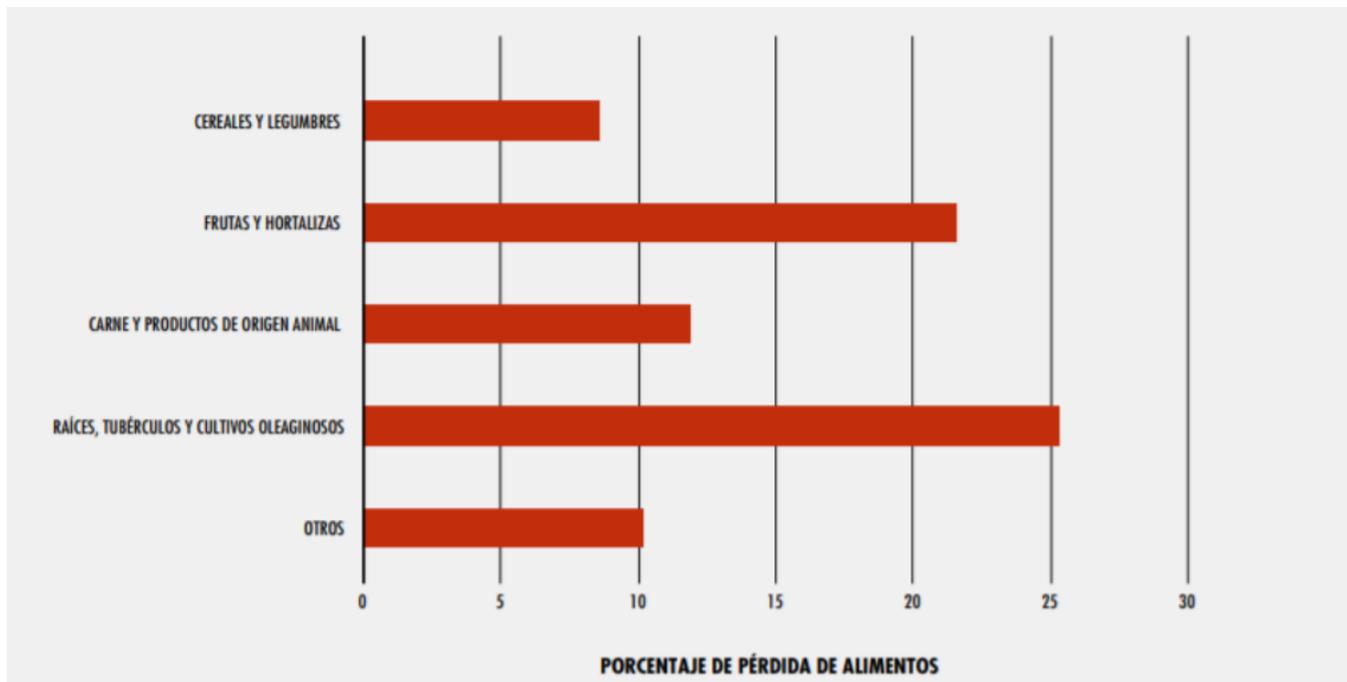


## Pérdida de alimentos: poscosecha a distribución por región





# Pérdidas de alimentos por grupos de productos 2016





## Causas de las pérdidas de alimentos

- Condiciones climáticas
- Momento inadecuado de cosecha
- Prácticas aplicadas en la cosecha y la manipulación
- Dificultades en la comercialización de los productos
- Condiciones de almacenamiento inadecuadas
- Falta de infraestructura adecuada de almacenamiento, cadenas de frío
- Transporte: falta de infraestructura física y logística comercial
- Procesamiento y empaque





## Causas del desperdicio

- Vida útil limitada
- Normas estéticas en cuanto al color, la forma y el tamaño
- Variabilidad en la demanda
- Consumo: mala planificación de las compras y comidas, compras excesivas, tamaño excesivo de las porciones, envases inadecuados
- Confusión por las etiquetas (fechas de consumo preferente y de caducidad)
- Mal almacenamiento en el hogar
- Precios relativos de los alimentos



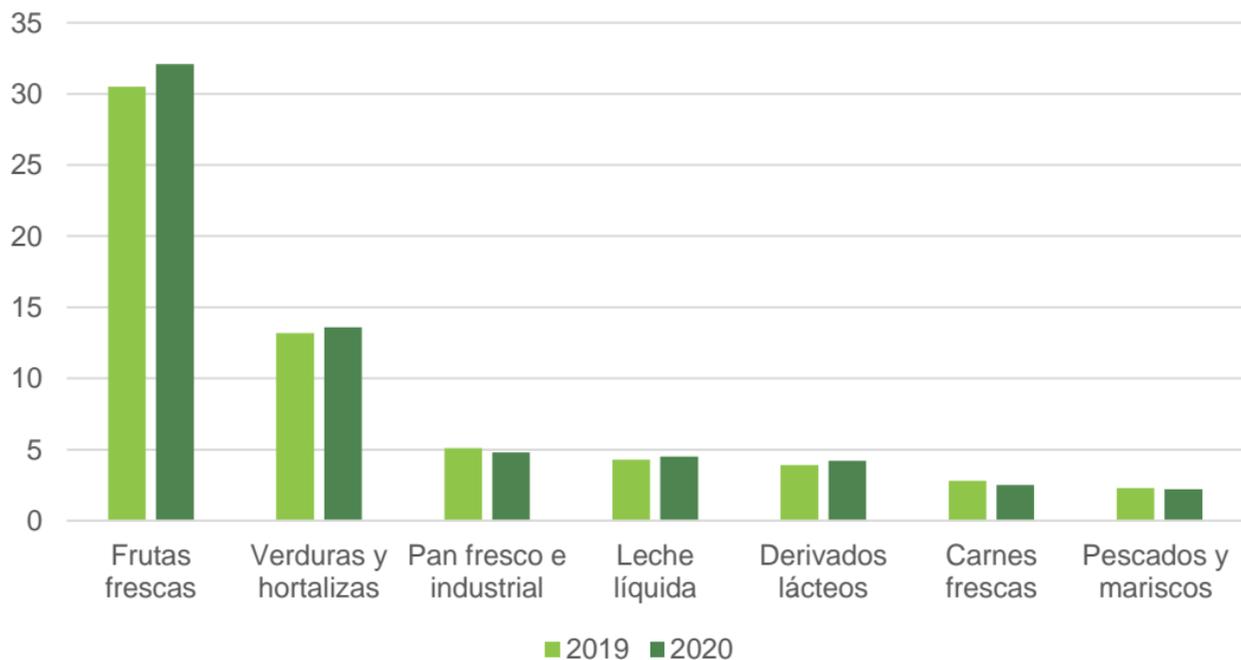


Organización de las Naciones  
Unidas para la Alimentación  
y la Agricultura



AÑO INTERNACIONAL DE LAS  
**FRUTAS Y VERDURAS**  
2021

## España: Desperdicios de productos sin elaborar 2019-2020 (volumen)



## España: Evolución volumen de desperdicios (%) 2019-2020





Gracias!

