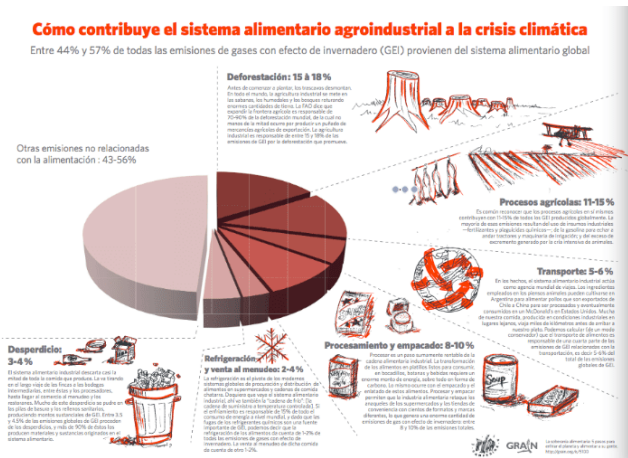


5 pasos para enfriar el planeta y alimentar a su gente

Las movilizaciones juveniles de *Fridays For Future*, con las que los y las jóvenes alertan de la gravedad climática y exigen que se pase de la inacción actual a un cambio en las agendas políticas que garantice un futuro sostenible y justo, nos mueven a recordar que la alimentación (también la escolar) es una gran herramienta de mitigación del calentamiento global, si apostamos por alimentos de temporada, de proximidad, de producciones ecológicas y por menos consumo de origen animal, algo que desde *Alimentar el Cambio* siempre recomendamos.

Por eso, os ofrecemos un recurso muy útil: dos láminas muy sencillas y claras de [GRAIN](#), sobre *Cómo contribuye el sistema alimentario agroindustrial a la crisis climática* y otra que contiene *5 pasos para enfriar el planeta y alimentar a su gente*.



La soberanía alimentaria: 5 pasos para enfriar el planeta y alimentar a su gente

- 01. CUIDAR EL SUELO**
La agricultura tiene un gran impacto en el cambio climático. El uso de fertilizantes y pesticidas químicos contribuye a la emisión de gases de efecto invernadero. Además, la agricultura industrial suele depender de combustibles fósiles para el transporte y la maquinaria.
- 02. CULTIVO NATURAL, SIN QUÍMICOS**
El uso de químicos en los cultivos contribuye a la contaminación del suelo y del agua. Los cultivos naturales, sin químicos, mejoran la salud del suelo y reducen las emisiones de gases de efecto invernadero.
- 03. REDUCIR EL KILOMETRAJE, Y ENFOCARNOS EN ALIMENTOS FRESCOS**
El transporte de alimentos a largas distancias genera grandes emisiones de CO2. Consumir alimentos frescos y locales reduce el impacto ambiental.
- 04. RESTITUIRLE LA TIERRA A LOS CAMPESINOS Y FRENAR LAS MEGA-GRANJAS**
Las mega-granjas industriales generan grandes emisiones de gases de efecto invernadero. Apoyar a los pequeños productores locales ayuda a reducir el impacto ambiental.
- 05. NO MÁS FALSAS SOLUCIONES, VAYAMOS A LO QUE SÍ FUNCIONA**
Las soluciones tecnológicas como la carne cultivada o los alimentos ultraprocesados no reducen significativamente las emisiones de gases de efecto invernadero. Lo que sí funciona es cambiar a dietas más saludables y sostenibles.

Podrás ver las láminas con mayor resolución y/o descargarlas pinchando [AQUÍ](#).

Y si quieres profundizar más te invitamos a asomarte al interesantísimo informe recién traducido al castellano de la prestigiosa revista científica The Lancet, titulado **ALIMENTOS, PLANETA, SALUD**: <http://alimentarelcambio.es/el-estudio-de-the-lancet-alimentos-planeta-y-salud-defiende-lo-que-alimentar-el-cambio-lleva-practicando-desde-hace-anos/>

¡Que la salud os acompañe!

Cooperativa Garúa.
Proyectos y saberes para el cambio



Con el apoyo de:

