

CÓMO COME LA VERA



**LA VERA NOS
ALIMENTA**

ALIANZA POR
UN SISTEMA
ALIMENTARIO
COMARCAL

MÁS ALLÁ DEL ESTÓMAGO

IMPORTA LO QUE COMEMOS

La forma de alimentarnos ha cambiado como ha cambiado nuestra sociedad y lo que ha sido siempre una manera de mantener nuestros cuerpos saludables, se ha ido convirtiendo también en cosas tan variadas como nicho laboral, motivo de disputa, espacio de confrontación geopolítica, cuestión de salud pública o negocio. Algo que aparentemente solo tiene que ver con un espacio de intimidad, mi cuerpo y mi cocina, extiende sus influencias al resto del Mundo que sufre, más o menos directamente, nuestras decisiones de compra y nuestra dieta.

A nadie se le escapa: comprar en una gran superficie o en un mercado local es distinto y tiene consecuencias diferentes sobre el mundo. **Consumir alimentos ultraprocesados e hiperenvasados afecta a la salud de las personas que los ingieren, pero también de las que se ven obligadas a producirlos a miles de kilómetros y en condiciones a menudo poco saludables.**

El sistema agroalimentario de hoy, el que nos da de comer, se caracteriza por dos cosas: su industrialización y su alejamiento. Si hasta hace unas décadas la mayor parte de los alimentos se cocinaban en casa y sufrían apenas una transformación desde el campo hasta el plato, **hoy muchos alimentos se cosechan, transportan, manipulan, transforman, cocinan, procesan y conservan en grandes industrias y complicados procesos logísticos.**

5 EMPRESAS

VENDEN LA MITAD DE LOS ALIMENTOS
CONSUMIDOS EN ESPAÑA

Si antes la mayoría de los alimentos procedían de un entorno cercano, **hoy nuestra comida recorre cientos o miles de kilómetros hasta llegar a nuestros platos** ¿la razón? Es mucho más barato producir alimentos en países con mano de obra barata o estándares ambientales más laxos: por eso, hoy **hay un millón y medio menos de empleos agrarios en España que hace 50 años.**

800
MILLONES DE
PERSONAS
PASAN HAMBRE
O SUFREN
DESNUTRICIÓN
EN EL MUNDO

9.000 KMs

QUE SEGURAMENTE HAN
RECORRIDO LOS GARBANZOS
DE TU COCIDO DESDE MÉXICO
O ESTADOS UNIDOS

1/3

SOLO UN TERCIO
DE LOS GARBANZOS
CONSUMIDOS SON DE
PRODUCCIÓN NACIONAL

Que el ingrediente del principal plato de la dieta española tenga que recorrer esa distancia es un indicativo de dónde nos está llevando el actual sistema alimentario.

**EL RESULTADO ES UN SISTEMA ALIMENTARIO QUE
NO RESUELVE LOS PROBLEMAS DE ALIMENTACIÓN EN
EL MUNDO Y QUE, A CAMBIO, HA PROVOCADO OTROS**

Unos precios que no paran de subir

Una dependencia de otros países, otros proveedores que no conocemos

Unos problemas ambientales que ponen en jaque el destino de la humanidad

Esto obliga a pensar... ¿no hay forma de alimentarse mejor?

¿No sería posible que La Vera alimentara a La Vera?

CÓMO NOS ALIMENTAMOS

LA TIERRA QUE NOS DA DE COMER

La Vera siempre ha sido comarca agrícola y ganadera: el sector primario supone el 47% del PIB comarca, que destaca frente al 3% nacional. Por eso, hasta la llegada de la gran distribución y la globalización, la mayor parte de la alimentación se resolvía en apenas unos kilómetros a la redonda.

PERO PESE A TENER UNAS CONDICIONES CLIMÁTICAS, DE SUELO Y DE ACCESO AL AGUA ENVIDIABLES PARA PODER PROVEERSE DE LA MAYORÍA DE SUS ALIMENTOS, EN GENERAL LA VERA NO ES HOY UNA COMARCA CON UNA ALIMENTACIÓN CERCANA O ECOLÓGICA

La mayor parte del terreno cultivado se dedica a cultivos intensivos (tabaco, pimentón y olivar ocupan el 64% de la superficie), son muy exigentes con los suelos y necesitan importantes insumos químicos y energéticos.

Respecto a la ganadería, apenas quedan ya profesionales en la comarca y **en 20 años se ha perdido un 60% de la cabaña caprina**: la vocación de La Vera ya no es dar de comer a sus gentes sino producir bienes que consumen otros.

276

HECTÁREAS CULTIVADAS

EN ECOLÓGICO EN LA COMARCA



0,66% DE LA SUPERFICIE AGRÍCOLA

Está a años luz alcanzar el horizonte del 25% de la superficie en ecológico para 2030 propuesto por instituciones de la Unión Europea.

EL AUMENTO DE LA PRODUCCIÓN ECOLÓGICA ES UNA DE LAS CLAVES PARA MEJORAR EL SISTEMA ALIMENTARIO COMARCAL

¿Pero por qué no se ha extendido más? ¿Qué dificulta que más explotaciones se incorporen a este modelo de producción más sostenible?

- Elevada burocratización del proceso de certificación.
- Normativa higiénico-sanitaria desajustada con la realidad de los pequeños productores.
- Dificultad para acceder a algunos insumos, particularmente en la producción animal.
- Escaso apoyo y asesoramiento técnico.
- Falta de canales comerciales asentados.
- Dependencia del consumo externo, que implica necesidad de grandes volúmenes.
- Escasa demanda local.

COMERCIOS CERCANOS, ALIMENTOS NO TANTOS

En La Vera no comemos mal. El estudio de consumo que hemos realizado apunta a que los productos que consumimos diariamente son **frutas, verduras, harinas, lácteos y aceite**, mientras que el consumo de carne, pescado o huevos es esporádico, justamente lo que recomiendan las personas expertas iuna dieta muy sana y equilibrada!

PERO NO TODOS SON BUENAS NOTICIAS: MÁS DE LA MITAD DE LAS PERSONAS NO SABE DE DÓNDE PROCEDEN SUS ALIMENTOS.

Y es que aunque la compra directa o en grupo de consumo es un recurso nada desdeñable para abastecernos de alimentos, en La Vera **compramos sobre todo en supermercados**, donde es difícil hacer un seguimiento del origen de la comida, pero que permite hacer toda la compra a la vez, lo que busca la mayoría de personas.



SIN EMBARGO, HAY UNA RED DE COMERCIO DE CERCANÍA (TIENDAS DE ULTRAMARINOS, MERCADILLOS, FRUTERÍAS, PANADERÍAS O CARNICERÍAS) QUE SÍ SE PROVEEN MAYORITARIAMENTE DE PRODUCTOS DE LA TIERRA.

Este pequeño comercio es un baluarte importante para promover un modelo de consumo más local y sostenible.



El **sector hostelero** consume mucho producto local y desea hacerlo más: mejorar su acceso a los productos locales reforzará, además su papel como embajadores de la *cultura gastronómica local*.

COMEDORES COLECTIVOS, PALANCA DE CAMBIO

En La Vera hay **31 comedores públicos**, en residencias de mayores, en centros educativos, instituciones sociales o pisos tutelados. En 12 de los 19 municipios de la comarca existen estos equipamientos que mueven la apreciable suma de **1,3 millones de euros cada año** itodo un presupuesto!

1.454

COMENSALES

QUE COMEN, DESAYUNAN O CENAN
EN COMEDORES COLECTIVOS
EN LA COMARCA.

SUPONE EL 7% DE LA POBLACIÓN LOCAL

DAN TRABAJO A CERCA DE UN CENTENAR DE PERSONAS

En la actualidad, apenas **5 de estos comedores usan criterios de sostenibilidad o cercanía a la hora de confeccionar sus menús y solo 3 incorporan productos locales o ecológicos**. Son lugares muy interesantes para mostrar que otra forma de alimentación es posible y podrían actuar como soporte para nuevos canales de distribución, crear menús adaptados a la producción local, etc..

Muchos de estos comedores son públicos, al igual que los 3 centros educativos que imparten formación de cocina en la comarca. Ello abre interesantes expectativas para mejorar el modelo alimentario comarcal y permite soñar lo que podría significar para La Vera lograr que buena parte de los alimentos que necesita se pudieran producir aquí. Un sueño que empieza a hacerse realidad justo en el momento de imaginarlo...

IMAGINANDO LA MEJOR CARTA

Mejorar el sistema alimentario en La Vera pasa, en primer lugar, por imaginarlo. Y en eso estamos llamadas todas las personas de la comarca, porque todas somos consumidoras todos los días del año, pero hay quien además ejerce de productora, hostelero, comerciante, distribuidor, campesina, cocinero,... y su visión es imprescindible para saber hacia dónde queremos ir si queremos el mejor menú posible en nuestra mesa.

Por eso en este estudio hemos consultado con todo el mundo y les hemos pedido que sueñen en la mejor alimentación posible. El resultado es un escenario de lo más apetitoso...



UNA ALIMENTACIÓN DE CERCANÍA

Con productos que vengan de la misma comarca. Más del 90% de los veratos prefieren adquirir alimentos de aquí ¡y si es directamente al productor, mejor!

UNA ALIMENTACIÓN ECOLÓGICA

El 80% de las personas encuestadas preferirían alimentos sanos, también para el medio ambiente.

UNA DIETA SANA, VARIADA Y EQUILIBRADA

Que evite la comida ultraprocesada ¡una alimentación que nos cuida!



CON MÁS GENTE, JOVEN Y FORMADA, TRABAJANDO EN EL SECTOR

Un sector productivo comprometido con la comarca.



CON FINCAS CUIDADAS, EN PRODUCCIÓN

Con suelo agrícola aprovechado, rico,
diverso, que utiliza variedades locales.



CON UN SECTOR HOSTELERO COMPROMETIDO

Que pone en valor los productos de proximidad
y supone una 'cátedra viva' de gastronomía local.



APROVECHANDO LOS RECURSOS LOCALES

Para reducir la dependencia del exterior y sacar
el máximo partido a lo nuestro, ¿por qué no recuperar
los saberes y sabores locales?



UTILIZANDO EL AGUA CON CABEZA

Sacando el máximo partido a cada gota, evitando el derroche.



CON MÁS OBRADORES

Que transformen aquí los productos de aquí.

APROVECHANDO AL MÁXIMO LA COMIDA

Evitando el desperdicio alimentario.

UN MENÚ CON ALGUNOS TROPEZONES

Alcanzar este futuro no es tarea fácil. Hay que dar muchos pasos, transformar unas cuantas conciencias, empujar algunos cambios... **Identificar estas barreras** es tarea importante a la hora de avanzar. Estas son las que nos han parecido más importantes:

Una marea de **consumismo e individualismo** que nos arrastra y arrasa con todo.

Los **productos ecológicos y próximos** siguen siendo **difíciles de localizar**.

Una **administración general** poco sensible a las dificultades del sector primario micro; una **administración local** escasa de competencias y recursos.

Un **sistema de producción** adaptado a las necesidades desde la gran distribución.

Un **sector agroganadero envejecido**, con escasa capacitación y pocos incentivos a las generaciones más jóvenes.

Muy poco **mercado de suelo** disponible para nuevos emprendedores agroecológicos.

Las pequeñas explotaciones tienen **dificultades para abastecer con regularidad al mercado y comedores colectivos**.

POR DÓNDE EMPEZAR

Hemos mirado al territorio; hemos estudiado nuestros platos y hemos comprobado que comemos alimentos que vienen de no se sabe dónde, que cultivamos productos que van vete tú a saber, que el pastoreo se abandona, que las fincas productivas se abandonan, etc.

Y ¿PODEMOS HACER ALGO? ¡POR SUPUESTO QUE SÍ!

Lo primero, mirar alrededor: **La Vera no está sola y hay decenas de ciudades, pueblos y comarcas que también buscan relocalizar su sistema alimentario como una manera de asegurar su futuro, y que están poniendo en marcha prácticas en las que buscar inspiración:** alrededor de la Red de Municipios por la Agroecología de España o el Pacto Mundial por la Alimentación de Milán hay varios centenares de 250 pueblos y ciudades que trabajan en esta línea y con los que colaborar.

¿QUÉ NOS SUGIEREN ESAS EXPERIENCIAS PARA EMPEZAR A TRABAJAR?



UNAS ADMINISTRACIONES MÁS IMPLICADAS

Unos comedores para el futuro. Los comedores de residencias o centros educativos gestionados desde las administraciones son un lugar privilegiado para provocar cambios en el sistema alimentario local: su capacidad de compra puede asegurar unos ingresos mínimos para emprendedores agroecológicos y también para incorporar una nueva cultura de la alimentación en la comarca.

Participa, que algo queda. Las administraciones tienen un papel regulador en la ordenación del territorio y de sus actividades económicas. Por eso debe impulsar las políticas locales y comarcales que faciliten el cambio. Y por supuesto, hacerlo contando con la gente, a través de la participación social.

Más alimentación, más agricultura. Las ayudas al desarrollo local y comarcal se han destinado fundamentalmente a la promoción turística de la comarca. Ahora, quizá es el momento de tornar la mirada al interior y fortalecer su tejido productivo para asegurar su pervivencia.

TRABAJANDO LA DIETA

Es cuestión de cultura. Se ha perdido cultura alimentaria y es necesario recuperarla. A través de la sensibilización y la educación, se deben mostrar los beneficios de la alimentación sana, de temporada y cercanía para disfrutar de la experiencia del bien comer ¡aprender que los tomates de invierno no son tomates!

Formación a la carta. Los profesionales de la hostelería, estudiantes de este ramo y los responsables de comedores públicos deben capacitarse en los principios de la alimentación de cercanía, en la confección de menús saludables y de kilómetro cero. Pero también el profesorado en general, para incorporar los valores de la alimentación de proximidad y relacionarlo con todas las áreas de conocimiento y las competencias educativas.

Cuestión de identidad. Hay que identificar el origen de los alimentos y también su sistema de producción ¡si la información es poder, arriba esos pimientos de la tierra bien reconocibles!

EQUIDAD SOCIAL Y ECONÓMICA

Precios ajustados. A casi todo el mundo le parece que los productos ecológicos son más caros pero... ¿y si evitáramos los intermediarios? ¿si los precios los acordásemos directamente productoras y consumidores? Los canales cortos de comercialización es lo que promueven ¡y hay muchos ejemplos de que es posible!

Un Banco de Alimentos en ecológico ¿Por qué no? Ahora los alimentos que distribuye son mayoritariamente de fuera, pero, ¿tiene que ser así por obligación?

Por una mejor salud nutricional. La alimentación es una parte fundamental de la salud, y las personas más vulnerables son las que menos acceso tienen a una alimentación saludable. Abordar este asunto desde los Servicios Sociales resulta un imperativo.

VOLVER LA VISTA A LA TIERRA

Más tierra en mejor uso. Poner en cultivo las hectáreas que se han abandonado, reducir la intensificación y apostar por la diversificación de cultivos, usando variedades locales son necesarios para promover una agricultura más enfocada al consumo interno ¡todo un reto!

Apoyar para apoyarse. Acompañar al emprendedor agroecológico es vital para facilitar el asentamiento de nuevas personas en la comarca. Fomentar el trabajo en red y el cooperativismo, además, les facilitará el camino.

Apostar por la venta directa. Además de mejorar la relación entre productores y consumidoras, la venta directa reduce costes, aumenta la confianza y crea comarca. Aunque transitar a este modelo de comercialización corta requiere sortear unas cuantas barreras ¡ya por ellas!



LLEGAR A TODOS LOS LADOS

Pensar a lo grande: Dar de comer a una comarca entera obliga a resolver la logística de manera integral. Puestos a imaginar, necesitaremos una central de acopio, un centro logístico de distribución, nuevas tecnologías para la coordinación entre hostelería y productores, entre agricultores y consumidores ¡estamos en el siglo XXI y necesitamos herramientas de vanguardia!

El tiempo justo: las personas cada vez dedicamos menos tiempo a la compra. Por eso hay que facilitar las condiciones al comercio local que distribuye el producto local, y visibilizar y facilitar el acceso a los alimentos locales y ecológicos: si la mayor parte de la gente los prefiere ¿por qué no ponerlo más fácil?

Transformación local: La pequeña industria agroalimentaria comarcal puede ayudar a hacer frente a las puntas de producción de determinados momentos y diversificar los menús: como todos los tomates maduran a la vez, mejor hacer pisto para el resto del año que tirarlos ¿no?

HACIA EL RESIDUO CERO

La mejor basura, la que no se produce. el desperdicio alimentario es síntoma de que algo no se ha hecho bien. Para evitarlo y engrasar bien la cadena alimentaria, el mejor aceite es la formación (de productoras, transformadores, cocineros,...) para evitarlos.

El mejor destino posible. compostar los residuos orgánicos es devolver a la tierra lo que ella nos regaló en forma del mejor abono posible. Promover el compostaje doméstico, comunitario o escolar, ahorra, además muchos recursos destinados a la gestión de residuos que se pueden destinar a otras necesidades comarcales.

VAMOS ALLÁ

LAS PALANCAS DEL CAMBIO POSIBLE

Hay muchos pasos que dar, es verdad ¿quién dijo que cambiar el modelo de alimentación de una comarca iba a ser sencillo? **Pero hay experiencias, ideas y apoyos que puede facilitar el cambio:**

- **Hay gente que ya se está moviendo:** productores, grupos de consumo, restaurantes que apuestan por un modelo distinto de alimentación. Su ejemplo puede inspirar a otros.
- **Hay ayuntamientos con recursos:** suelo municipal que se puede poner a disposición de nuevos emprendedores agroecológicos, ordenanzas de regulación del comercio o mercadillos, etc.
- **Hay ganas de comer mejor.** De tener una dieta sana, de escoger alimentos ecológicos, de elegir productos locales.
- **Las explotaciones son pequeñas y medianas** el tamaño perfecto para transitar hacia lo agroecológico!
- La Vera cuenta con una **bien tejida red de comercios de cercanía:** ultramarinos, panaderías, carnicerías, etc. que ya usan producto local y que pueden ser el escaparate para aumentar y mejorar su presencia.
- **Un territorio con valor**, con unas condiciones agrológicas envidiables, con una identidad arraigada en la tierra: una comarca que, a diferencia de otras, no va a tener muchas dificultades en transitar hacia un modelo alimentario más sano, más cercano, más sostenible. ¿damos el siguiente paso?

www.laveranosalimenta.org

