



INFORME FINAL

Mirada cualitativa del
desperdicio alimentario en MADRID

UNIVERSIDAD PONTIFICIA COMILLAS



Investigación realizada para Enraíza Derechos



Equipo investigador

Dra. Estela Díaz Carmona (IP) · emdiaz@comillas.edu

Dr. David Martín García · dfmartin@icade.comillas.edu

Dr. Antonio Núñez Partido · anup@comillas.edu

Dra. María José Martín Rodrigo · mariajo@comillas.edu

Dra. Victoria Labajo González · labajo@icade.comillas.edu

Dra. Eugenia Fabra Florit · mefabra@icade.comillas.edu

Dra. Ana Blanca Hermoso Gordillo · ahermoso@icade.comillas.edu



ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	3
2. CONCEPTUALIZACIÓN DEL PROBLEMA	5
2.1. Definiciones y regulación	5
2.2. Situación actual e impactos	9
2.3. Factores: motivaciones, facilitadores y obstáculos	12
2.4. Las emociones	16
2.5. Estrategias e iniciativas: consumidores, empresas y poderes públicos	22
3. OBJETIVOS Y METODOLOGÍA	27
3.1. Objetivo General	27
3.2. Objetivos Específicos	27
3.3. Enfoques y técnicas de investigación	28
3.4. Reclutamiento de los informantes	29
3.5. Guion	32
3.6. Cuestiones éticas	35
3.7. Análisis	36
4. RESULTADOS	39
4.0. La visión de los/as expertas/os sobre el desperdicio alimentario	39
4.1. Los antecedentes del desperdicio	44
4.1.1. Una función alimentaria que ha de cumplir objetivos alimentarios	46
4.1.2. Una función alimentaria subordinada a objetivos finales de vida	51
4.1.3. Un sistema de decisiones que tiende a formar un sistema rutinario	53
4.1.4. Un equilibrio que resulta de un proceso hecho de aprendizajes y ajustes	55
4.1.5. El desperdicio como elemento regulador del sistema	57
4.2. El desperdicio alimentario	59
4.2.1. ¿Qué piensan del desperdicio alimentario?	59
4.2.2. ¿Quién desperdicia alimentario?	60
4.2.3. ¿Por qué condenan el desperdicio alimentario?	69
4.2.4. ¿Dónde han aprendido sobre el desperdicio alimentario?	80
4.2.5. ¿Qué alimentos se desperdician?	90
4.2.6. ¿Por qué se desperdician los alimentos?	96
4.2.7. ¿Qué sienten al desperdiciar alimentos?	117
4.2.8. ¿Qué sienten cuando no desperdician?	127
4.2.9. ¿Qué proponen ante el desperdicio alimentario?	130
5. RECOMENDACIONES FINALES	149
6. REFERENCIAS	153

1. INTRODUCCIÓN

Tanto el desperdicio como el aprovechamiento de alimentos se están convirtiendo en asuntos muy relevantes en el marco de un sistema alimentario sostenible. El propósito de este estudio es **comprender el fenómeno del desperdicio alimentario de los hogares madrileños para poder orientar actuaciones más eficaces, llevadas a cabo por distintos agentes sociales y dirigidas a mitigar sus múltiples impactos negativos en la sociedad y el medioambiente.**

Con un interés especial en identificar las variables **que ayudaran a explicar las diferencias entre distritos más despilfarradores de alimentos y aquellas más aprovechadores**, se analizaron: (1) los procesos cognitivos y emocionales que inciden en las actitudes y en el comportamiento de los consumidores madrileños en todas las etapas del ciclo de vida de los alimentos: la compra, el almacenamiento, el cocinado y la utilización de las sobras o restos de alimentos; y (2) las motivaciones, barreras, prácticas y propuestas de los ciudadano/as de Madrid sobre el desperdicio de productos alimentarios.

Para el cumplimiento de dichos objetivos, el estudio adoptó un enfoque **teórico-empírico**:

ENFOQUE TEÓRICO. Aunque el investigador debe apartar ideas preconcebidas durante todo el proceso de recogida y análisis de datos, y adoptar una postura escéptica ante cualquier explicación sobre los datos que están recogiendo, esto no quiere decir que deba entrar en el campo con la mente en blanco. Se requieren unos marcos conceptuales que permitan al investigador aprehender el fenómeno. Es más, la revisión de la literatura puede ser considerada como la entrevista cero, donde empiezan a emerger categorías que serán confirmadas en el trabajo empírico.

ENFOQUE EMPÍRICO. El trabajo empírico aborda el acceso a los datos desde una doble perspectiva. Por un lado, **a las experiencias vividas por el individuo** en relación con los desechos de alimentos, así como sus creencias, sentimientos y estrategias de acción; por otro lado, a la **expresión de sistemas de valores colectivos**, que ha sido utilizado con frecuencia para abordar la interacción discursiva en un grupo en su relación con los bienes colectivos. Concretamente, se utilizaron cuatro técnicas: **(1) entrevistas a expertos/as; (2) entrevistas personales a consumidores/as; (3) grupos de discusión; y (4) diarios de consumo.**



2. CONCEPTUALIZACIÓN DEL PROBLEMA

2.1. Definiciones y regulación

La pérdida y el desperdicio de alimentos es un problema global (Vázquez-Rowe *et al.*, 2019). A pesar de que ambas realidades se suelen tratar y cuantificar juntas de manera generalizada, la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación diferencia ambos conceptos (FAO, 2011). Así, por un lado, define **la pérdida de alimentos** como una disminución de la cantidad o la calidad en la masa de alimentos comestibles, destinados al consumo humano, que ocurre en las etapas primarias de la cadena de suministro y en las etapas de procesamiento y, por otro, **el desperdicio** como la pérdida de alimentos que se produce al final de la cadena alimentaria, y que, por tanto, está relacionada con el comportamiento de los minoristas y los consumidores. Esta distinción resulta de especial interés para este trabajo ya que su objetivo es analizar en profundidad la última fase del desperdicio, es decir, la pérdida de alimentos en la etapa final que es la que atañe a los consumidores en el ámbito doméstico. Por mucho que hayan emergido de tanto en tanto de forma espontánea, por su carácter conexo, las cuestiones de la responsabilidad de los minoristas o la del consumidor en contexto de comida en restaurante no han sido un punto de focalización ni en la recogida ni en el análisis de los datos de este estudio.

El estudio de la pérdida y el desperdicio de alimentos es de gran relevancia dado que es un fenómeno que tiene graves efectos que se manifiestan tanto en el deterioro del medio ambiente como a nivel económico y social. Según los últimos datos 3.000 millones de personas no pueden permitirse una dieta saludable y en el año 2020 padecieron hambre en todo el mundo entre 720 y 811 millones de personas (FAO, 2021). Esta dramática situación, lejos de mejorar, está empeorando como consecuencia del deterioro de los ecosistemas, del cambio climático y de los problemas acarreados por la enfermedad del coronavirus (COVID-19). Frente a esto, la realidad es que se siguen perdiendo y malgastando alimentos. Según cifras de FAO (2020), cada año se

pierden en el mundo alrededor del 14% de los alimentos antes incluso de que lleguen al mercado. Esta pérdida está valorada en 400.000 millones de USD anuales (para tener una referencia esta cifra equivale al PIB de Austria) y puede llegar a los 1,5 billones de USD en el año 2030 si la tendencia no cambia.

La pérdida y desperdicio de alimentos supone un reto y una preocupación a nivel mundial. Muestra de ello, queda reflejado en el **Objetivo 12** de los “Objetivos de Desarrollo Sostenible” (ODS) establecidos por la Organización de Naciones Unidas (ONU) en 2015. En él se establece la meta para 2030 de “reducir a la mitad a nivel mundial el desperdicio de alimentos per cápita en la venta al por menor y a nivel de los consumidores, así como a reducir las pérdidas de alimentos en las cadenas de producción y suministro”.

En este marco y para la consecución de este objetivo, **la FAO ha propuesto algunas soluciones** encaminadas a detener la pérdida y el desperdicio de alimentos en todos los puntos de la cadena alimentaria. Entre ellos se encuentran:

- 1) la obtención de datos sólidos** para conocer en qué lugar de la cadena de valor se producen las mayores pérdidas y desperdicio de alimentos.
- 2) la aplicación de innovación** por ejemplo, desarrollando plataformas de comercio electrónico
- 3) la aplicación del desarrollo de incentivos gubernamentales** para fortalecer la adopción por parte del sector privado de medidas contra la pérdida y el desperdicio y, la colaboración entre distintas cadenas de suministros
- 4) el aumento de inversiones en capacitación, tecnología e innovación** en particular dirigidas a los productores en pequeña escala
- 5) el fomento de mejora del envasado de alimentos y la relajación de los reglamentos y las normas** sobre los requisitos estéticos para las frutas y las hortalizas
- 6) el desarrollo de actividades** que impulsen comportamientos que valoren los alimentos y los aprovechen al máximo en el hogar.
- 7) el desarrollo de actividades** que motiven la redistribución del excedente de alimentos inocuos a personas necesitadas a través de bancos de alimentos.
- 8) la mejora del acceso de los agricultores** a los consumidores y el acortamiento de las cadenas de valor a través de mercados de agricultores y vínculos entre el medio rural y el urbano y/o.
- 9) una mayor inversión** en el fortalecimiento de la infraestructura y la logística.

El propósito del presente informe es desembocar principalmente **en diagnósticos y recomendaciones** acerca del punto 6, aunque veremos que también aporta sobre los puntos conexos 5, 7 y 8 en la medida que involucran muy directamente al consumidor.

En el contexto de la Unión Europea, el compromiso de los Estados Miembros se puede analizar destacando las siguientes fechas claves para el desarrollo de iniciativas.

- **Julio de 2016.** El Consejo Europeo asume el compromiso político de poner en marcha una serie de iniciativas basadas en mejorar el seguimiento del desperdicio de alimentos, sensibilizar a la población, mejorar la comprensión y el uso de la indicación de la fecha de caducidad y de consumo preferente (también en los consumidores) y facilitar la donación de productos alimenticios no vendidos a organizaciones benéficas.

<https://www.consilium.europa.eu/es/press/press-releases/2016/06/28/agri-food-losses/>

- **Abril 2018.** Los ministros de Agricultura y Pesca de la UE realizan la primera evaluación de los progresos realizados en la aplicación de las iniciativas llevadas a cabo en esta área. En esta evaluación se destaca la necesidad de revisar legislación nacional relativa al establecimiento de normas de clasificación de los residuos, a la indicación de la fecha de caducidad y al consumo preferente y a las normas sobre la donación de alimentos.

<https://www.consilium.europa.eu/es/policies/food-losses-waste/#>

- **Noviembre- diciembre 2019.** Segunda evaluación de los avances en materia de pérdida y desperdicio de alimentos y presentación del **Pacto Verde**. El Pacto Verde se trata de una nueva Estrategia de crecimiento para la UE, que tiene por objeto situar a Europa en la senda de la transformación hacia una sociedad climáticamente neutra, equitativa y próspera, con una economía moderna y competitiva que utilice de manera eficiente los recursos logrando alcanzar una neutralidad climática de aquí al 2050.

Entre la iniciativas planteadas por el Pacto Verde se encuentra la **Estrategia “De la Granja a la Mesa”** dirigida, concretamente, a transformar el actual sistema alimentario de la UE en un modelo sostenible y cuyos objetivos son garantizar un abastecimiento suficiente de alimentos que sean asequibles y nutritivos, garantizar una producción alimentaria sostenible, promover el consumo de alimentos sostenibles, luchar contra el fraude

alimentario en la cadena de suministro, mejorar el bienestar de los animales y el objetivo que nos ocupa, reducir la pérdida y el desperdicio de alimentos.

Las acciones concretas para lograr este objetivo son básicamente dos:

- Plantear una propuesta de sub-objetivos a nivel de la UE para lograr la reducción y el desperdicio (2023)
- Revisar las normas de la UE sobre la indicación de fechas “fechas de caducidad” y “fechas de consumo preferente” (2022).

A distinto ritmo que otros países de la UE, en España se acaba de aprobar **el proyecto de Ley de Prevención de las Pérdidas y el Desperdicio Alimentario (octubre 2020)**. Este proyecto de ley fija una jerarquía de usos de obligado cumplimiento en la que, en primer lugar, establece que todos los agentes de la cadena alimentaria deben contar con un plan de prevención para evitar el desperdicio, seguido de la utilización de sistemas de donación de alimentos a empresas sin ánimo de lucro o a bancos de alimentos. En segundo lugar, de esta jerarquía se señala la transformación de los alimentos no vendidos pero que estén en condiciones óptimas (zumos, mermeladas, etc.). En el caso de no ser aptos para el consumo humano, los alimentos deberán ser utilizados como subproductos para la alimentación animal o fabricación de piensos, para la industria, para la obtención de compost de calidad para uso agrario o, para la obtención de biogás u otro tipo de combustible.

Las **obligaciones previstas por la Ley** afectan a todos los integrantes de la cadena alimenticia. Algunos de los puntos que se tratan son los siguientes:

- Los agentes que operan en la cadena alimentaria tendrán que disponer de instalaciones adecuadas y formación de personal para que los procesos de manipulación, almacenamiento, y transporte se lleven en condiciones adecuadas que minimicen las pérdidas, así como de sistemas que garanticen el mantenimiento de la cadena del frío.
- Las fechas de consumo preferente vencidas deberán presentarse al consumidor de forma separada y claramente diferenciada del resto, con precios inferiores o destinarse a la donación.

-
- Los establecimientos de hostelería y otros servicios alimentarios tendrán que ofrecer a sus clientes la posibilidad de que se lleven, sin coste adicional, lo que no han consumido y tendrán que informar de ello de forma visible en la carta o menú.
 - Las instituciones como centros sanitarios y educativos o residencias que ofrezcan catering deberán contar con programas de prevención y reducción de las pérdidas.
 - Todos los agentes de la cadena alimentaria deberán informar anualmente de las pérdidas alimentarias, así como del cumplimiento de sus planes de prevención, deberán incentivar la venta de productos con fecha de consumo preferente o caducidad próxima, así como incentivar la venta de productos de temporada

Adicionalmente el compromiso del Gobierno español es elaborar un Plan Estratégico a propuesta de los ministerios de Agricultura, Pesca y Alimentación; de Derechos Sociales y Agenda 2030; de Consumo; de Transición Ecológica y Reto Demográfico; de Industria, Comercio y Turismo; de Inclusión Social y Migraciones y de Asuntos Exteriores, Unión Europea y Cooperación.

2.2. Situación actual e impactos

La conciencia de las instituciones intergubernamentales y gobiernos ante el problema de la pérdida de alimentos y el desperdicio ha quedado patente en el desarrollo de normativas y propuestas, tal y como se ha señalado en el epígrafe anterior.

Sin embargo, una de las mayores dificultades en la reducción de la pérdida de alimentos se encuentra en los hogares. Aunque las pérdidas en las etapas iniciales de la cadena de alimentación son cuantiosas, el mayor desperdicio se produce en la etapa de consumo. Por esta razón, las acciones de concienciación, información y educación dirigidas y basadas en el hogar son fundamentales para reducir el desperdicio.

Con este objetivo, son varios los trabajos e informes que en los últimos años han abordado la cuestión del desperdicio en los hogares españoles. Entre los más representativos pueden

mencionarse los de AECOC (2016), HISPACOOOP (2012) y MAPAMA y Kantar Worldpanel (2016). HISPACOOOP (2012) efectúa una estimación del desperdicio medio por hogar de 1,3 kg/semana o (76 kg/año) -lo que equivale a más de **medio kg. de alimentos aptos para el consumo por persona y semana- alcanzando en un año en el conjunto de los hogares españoles la cifra de 1,5 millones de toneladas**. Más recientemente, el estudio de MAPAMA y Kantar Worldpanel (2016) apunta a una cantidad de 1,3 millones de toneladas al año, lo que representa el 4,5% de los kg. de alimentos comprados por los hogares españoles. La mayoría del desecho de alimentos (85,6%) corresponde a alimentos sin procesar (8 de cada 10 hogares) y el 14,4% a alimentos cocinados (3 de cada 10 hogares).

Más recientemente, merece la pena destacar el informe que el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación (MAPA) presentó en junio de 2021 sobre el desperdicio de alimentos en los hogares durante el ejercicio 2020 al que acompañó una comparativa 2019 vs 2020: "Desperdicio de alimentos de los hogares en España. Año 2020 vs 2019" y que se encuadra en la Estrategia "Más Alimento, menos desperdicio". En él a través de una metodología de panel soportada en cuestionarios se llegan a conclusiones relativas al volumen de alimentos que los hogares desperdician, tanto antes de cocinarlos como ya elaborados.

Con respecto al volumen del desperdicio, los hogares españoles, a pesar de comprar más, desperdician menos (un 4,1% menos en 2020 vs 2019) incrementándose el porcentaje de los que no desperdician nada del 20,9% en 2019 al 24,7% en 2020. En lo referente a los productos que más se desperdician se ha incrementado el porcentaje de hogares que desperdician productos cocinados (de un 28,9% en 2019 a un 33,7% en 2020) reduciéndose, sin embargo, el porcentaje que desperdicia productos sin elaborar (de un 79,1% en 2019 a un 75,3% en 2020). El informe muestra que, entre los productos sin elaborar, una vez más, las frutas, las verduras y las hortalizas, es decir, **los productos que se pueden calificar como frescos, son los más desperdiciados**. En la información por perfiles se muestra que los hogares en los que ha aumentado el desperdicio de alimentos en el periodo 2019-2020, son los hogares formados por jóvenes y adultos independientes y por retirados. En 2020, los hogares que más desperdician son los integrados por personas de menos de 50 años, con niños de cualquier edad, los formados por parejas con hijos y los hogares monoparentales.

Es importante hacer alusión a los cambios de comportamientos derivados de la pandemia COVID-19. Las consecuencias del COVID-19 han hecho que se realicen más comidas en casa; sin embargo, siguiendo lo dicho anteriormente, los restos de esos platos cocinados se aprovechan menos (su desperdicio ha incrementado un 27% en el periodo 2019-2020)

A pesar de que los informes nacionales dificultan profundizar en la realidad de regiones concretas, ofrecen información de interés sobre cuales son las comunidades que más desperdician. En el caso de productos no elaborados, la Comunidad más desperdiciadora es Andalucía frente a Cataluña, Aragón, resto de centro, Norte centro y Levante. Sin embargo, en el caso de productos cocinados, desperdicia más Andalucía y Levante y menos Cataluña-Aragón y resto de centro.

Por ámbitos territoriales, cabe destacar los informes de Enraíza derechos para Madrid "En Madrid yo no desperdicio, yo comparto. Implicación ciudadana en la reducción del desperdicio alimentario" (2017) y, Gipuzkoa "Análisis del desperdicio de alimentos en los hogares en el Territorio Histórico de Gipuzkoa" (2019, 2020), en los que se analiza el desperdicio por perfiles de hogares en sendos territorios. La metodología utilizada para los estudios es mixta ya que combinan una aproximación cuantitativa y cualitativa. Los resultados vuelven a incidir en que existe un problema de sensibilización y una falta de conciencia del desperdicio real que se produce en el hogar.

Esta conclusión incrementa el valor de la difusión de información y de formación a través de comunicados, noticias, campañas e iniciativas realizadas por asociaciones empresariales. Entre ellas podemos destacar AECOC (Asociación empresarial de fabricantes y distribuidores) cuya misión es mejorar la competitividad de toda la cadena alimenticia compartiendo soluciones, estándares y conocimiento para hacerla más eficiente y sostenible, aportando así mayor valor al consumidor, HISPACOOOP (Confederación Española de Cooperativas de Consumidores y Usuarios) que a través de su canal de comunicación: "Sin desperdicio: aprovecha la comida" pretende informar a los consumidores sobre el problema del desperdicio alimentario, aportando soluciones y consejos para reducir el desperdicio dentro y fuera del ámbito doméstico. Así, promueve comportamientos más responsables en la gestión de los alimentos aportando consejos y soluciones para reducir el desperdicio y ser más responsables en su gestión y consumo de alimentos, ENRAIZA DERECHOS (ONGD) que tiene entre sus objetivos lograr que todas las

personas tengan una alimentación suficiente, saludable, sostenible y justa, incidiendo en cambios de modelo de producción y consumo, ELIKA (Fundación vasca para la Seguridad Agroalimentaria) o RED SIN DESPERDICIO, iniciativa creada por un grupo de profesionales del sector agroalimentario y la prevención de residuos con el fin de conocer más la problemática del desperdicio y ayudar en su prevención y minimización.

2.3. Factores: motivaciones, facilitadores y obstáculos

En lo que atañe a la investigación en torno al comportamiento de los consumidores, el desperdicio alimentario se presenta como un tema “de frontera”, por su carácter multidisciplinar (Wansink y van Ittersum, 2013). Y es que el desperdicio alimentario no puede definirse a través de un único comportamiento, sino más bien a través de una combinación de múltiples comportamientos que pueden aumentar o disminuir la probabilidad de que se desperdicien alimentos. Reducir el desperdicio en los hogares pasa por comprender los factores asociados a los comportamientos que conducen al desperdicio (Aktas et al., 2018).

En el contexto del desperdicio de alimentos, la Teoría del Comportamiento Planificado (TPB) definida por Ajzen (1991) se ha utilizado ampliamente como lente teórica para explicar los comportamientos de desperdicio y aprovechamiento de alimentos (Porpino, 2016). De acuerdo a esta teoría, las intenciones y los comportamientos son una función de tres determinantes básicos: actitudes (que representan evaluaciones positivas o negativas de la realización de un comportamiento específico por parte de uno mismo), las normas subjetivas (como la percepción de las presiones sociales o la creencia de los demás relevantes de que uno debe o no debe comportarse de una manera específica) y, el control conductual percibido (como la facilidad o la dificultad percibida para comportarse de una manera específica). Adicionalmente, variables individuales como los rasgos de personalidad, la inteligencia, las características demográficas, los valores vitales, por un lado y variables sociales como la cultura, las leyes, la religión o raza, o la influencia de los medios de comunicación, por otro se consideran factores de base en la Teoría del

Comportamiento Planeado (TPB), puesto que influyen en las intenciones y el comportamiento de forma indirecta al afectar a las creencias de comportamiento, normativas y/o de control.

Trabajos como los de Graham-Rowe et al. (2015) o Russell et al. (2017) han investigado la reducción del desperdicio de alimentos en el hogar utilizando una TPB ampliada incorporando hábitos y emociones y han corroborado el poder predictivo de los elementos centrales de la teoría (actitudes, normas subjetivas y control) para explicar la varianza del comportamiento de desperdicio de alimentos. En esta misma línea, Mondéjar-Jiménez et al. (2016) exploraron el desperdicio de alimentos para el colectivo de los jóvenes en Italia y España, en el que resultó especialmente **relevante el papel del control conductual percibido**. Su estudio pone de manifiesto que la mayor parte de la variabilidad en el comportamiento de desperdicio de alimentos podría explicarse por las **características individuales de la persona**; sin embargo, los **factores contextuales**, como los aspectos económicos, socioculturales, industriales-productivos y ambientales del país en el que viven los individuos, también desempeñan un papel importante en la configuración del comportamiento de desperdicio de alimentos.

Con un enfoque integrador, el reciente trabajo de van Geffen et al., (2020), propone el Modelo MOA, que presenta el despilfarro de alimentos **como consecuencia de motivaciones contrapuestas, falta de oportunidades e insuficiencia de capacidades**. El marco propone 1) que debe existir la motivación para actuar según un objetivo y 2) que no existan barreras que dificulten su puesta en práctica, es decir, los factores que llevan a los consumidores a creer que son incapaces de reducir el desperdicio de alimentos, factores subyacentes a lo que la TPB resume como el control conductual percibido de los consumidores. En este sentido a la motivación para evitar el desperdicio se oponen otras motivaciones de signo contrario (desde la propia percepción del desperdicio como algo irrelevante o inevitable) y objetivos en conflicto (ser "buen proveedor", hedonismo, salud y seguridad alimentaria, o limitaciones en el presupuesto), junto con las oportunidades y dinámicas de la vida diaria y, la carencia de habilidades para planificar compras y menús, alargar la vida de los alimentos, cocinar y aprovechar sobras.

Principato et al. (2021) sistematizan en una exhaustiva revisión de la literatura un "Marco de comportamiento de desperdicio de los hogares" que incorpora, por una parte, los potenciales factores que conducen al desperdicio y, por otro, lo que bautiza como el "camino de desperdicio

en el hogar" (*household food waste journey*) que estructura en 6 fases los momentos clave en la gestión de los alimentos: planificar, aprovisionar, almacenar, preparar, consumir y eliminar residuos. En lo que atañe a los factores que motivan el desperdicio, distinguen entre:

- **Factores demográficos y socioeconómicos** (edad, nivel educativo, género, nivel de ingresos, composición del hogar, etc.)
- **Factores psicológicos:** actitudes, control conductual percibido, conocimiento e involucración sobre el tema del desperdicio, hábitos y emociones.
- **Normas:** tanto sociales como personales
- **Factores situacionales:** nivel de urbanización; percepción sobre la cantidad de basura

Atendiendo a aquellos factores que la literatura define como más relevantes a la hora de explicar tanto las actitudes como los comportamientos de desperdicio y aprovechamiento, pondremos el foco en los factores sociodemográficos, los hábitos y la emociones, si bien a esta última, por su novedad, se le dedica una sección diferenciada.

Factores sociodemográficos y el consumo de alimentos

En lo que respecta a la **edad**, parece que hay un amplio consenso en los estudios sobre el que los jóvenes desperdician más que sus mayores (Brook Lyndhurst, 2006; Eurobarometer, 2014; Hamilton et al, 2005). De hecho, autores como Grasso et al (2019) subrayan la importancia del target de los jóvenes adultos en el diseño de estrategias de reducción del desperdicio.

Atendiendo a las variables socioeconómicas, algunos trabajos corroboran la relación entre el **nivel educativo** del individuo y la cantidad de comida que desperdicia: cuanto mayor es el nivel educativo, más comida desperdicia (Secondi et al., 2015; Visschers et al., 2016). No obstante, también se ha observado que un mayor nivel educativo puede mostrarse asociado a una mayor atención al problema del desperdicio alimentario (Di Talia et al., 2019).

Teniendo en cuenta el **tamaño y la estructura de los hogares**, los más grandes tienden a desperdiciar más que los más pequeños (Quested et al., 2013); aunque estos resultados tampoco

son concluyentes dado que también se ha encontrado que cuanto más grande es la familia, menos alimentos se desperdician per cápita (Parizeau, von Massow y Martin, 2015). Por otra parte, en los hogares con adolescentes y/o niños se desperdicia más que en los de igual tamaño formados solo por adultos, algo debido tanto al peso de la influencia de los niños en las decisiones de compra como a la percepción de riesgo y seguridad alimentaria (Di Talia et al., 2019; González-Santana et al. 2020; Quested y Luzecka, 2014).

La literatura ofrece resultados poco concluyentes sobre la influencia del **género** sobre el desperdicio, si bien algunos trabajos han presentado evidencias que los hombres desperdician más que las mujeres (Di Talia et al., 2019; Secondi et al., 2015; Visschers et al., 2016) aunque otros menos actuales (i.e. Gallo, 1980) mostraron evidencias de lo contrario. Del mismo modo, en relación con el **nivel de renta**, la mayoría de los estudios coinciden en que los hogares con mayores ingresos tienden a desperdiciar más que las familias con menores ingresos (Brook Lyndhurst, 2007; Stefan, et al., 2013), mientras que otros estudios han demostrado lo contrario (Cox y Downing, 2007). En línea con estos últimos, Porpino (2016) argumentan que, paradójicamente, las estrategias de compra de los hogares con menor nivel de renta (grandes formatos promocionales, compra de carga mensual, productos frescos y no elaborados, etc.) en última instancia conducen a un mayor desperdicio.

Atendiendo específicamente al Municipio de Madrid, Labajo y Fabra (2017) concluyen que, si bien el comportamiento de desecho de alimentos puede tener cabida en todo tipo de hogares, se muestra más asociado a jóvenes (menores de 35 años) con estudios superiores, hogares más pequeños (menos de 3 miembros), con una renta media alta y en distritos de perfil socioeconómico medio/alto. También la proporción de hombres resulta más representativa en este grupo. Por otra parte, en tanto que el desperdicio alimentario en el hogar se muestra como resultado de un conjunto **de prácticas vinculadas a la gestión de la alimentación** y articuladas en fases que van desde la planificación de la compra hasta el consumo y la eliminación de los desechos, los hábitos se muestran como un elemento central entre las causas del desperdicio.

Los hábitos de consumo de alimentos

Bravi et al, (2020) en una reciente revisión de la literatura, ponen el acento en los **hábitos** y prácticas vinculadas a la gestión de los alimentos, distinguiendo entre comportamientos en la tienda y previos (planificación de menús, uso de lista de la compra e influencia de las promociones); prácticas de almacenamiento (conservación de alimentos, interpretación de las fechas de caducidad); preparación y cocinado de los alimentos y, por último, aprovechamiento de los restos, destacando la relación de éstos con la importancia general que se otorga a la prevención del desperdicio de alimentos. En este sentido, apoya la percepción de autores previos (como Mondéjar-Jiménez et al., 2016, entre otros) de la necesidad **de atender a los factores situacionales** que rodean a la compra y la gestión alimentaria en general, en relación con el control percibido por los individuos. Adicionalmente, se destaca **el hábito de comer fuera de casa** como uno de los que tienen mayor influencia sobre el desperdicio alimentario, particularmente entre la población más joven (Bravi et al., 2020; Díaz-Méndez y García-Espejo, 2017; Parizeau et al., 2015).

2.4. Las emociones

Para comprender mejor el tipo de emociones asociadas al desperdicio, aunque no resulte fácil, conviene aclarar los conceptos de **emoción, sentimiento y actitud**, términos que tienen entre sí, un vínculo estrecho pero que, sin duda, son diferentes. Cuando hablamos de la **emoción**, descubrimos en ella una buena carga de respuesta psicofisiológica, puesto que se trata de un impulso o movimiento intenso que es dirigido hacia alguien o hacia algo. Las ocasiona un evento específico que puede ser observable (un grito, un abrazo, un empujón, etc...) y por tener esa carga tan intensa, su durabilidad es breve y efímera solicitando de manera automática una respuesta a la acción.

En cambio, el **sentimiento**, resulta tras percibir una sensación. El evento contextual que la provoca es filtrado de manera cognitiva y con una respuesta menos intensa en términos psicofisiológicos, por lo que permanecen en el tiempo siendo más duraderos y menos específicos que las emociones.

Se podría decir que, el sentimiento es la huella que deja una emoción, convirtiéndose en una emoción secundaria percibida y procesada inconscientemente.

Los psicólogos, han clasificado **la naturaleza de las emociones y los sentimientos** en dos categorías y/o dimensiones: **positivas** (ej. alegría, orgullo) y **negativas** (ej. ira, rabia, culpa). Se considera que no se puede ser neutro en emociones y sentimientos, pues dicha ausencia significaría no tener emociones, presentando el individuo un estado de desafección (que en muchos casos desvela severas patologías), y que le convertiría en un ser indiferente (Ben-Ze'ev, 2000).

Asimismo, han tratado un fenómeno muy interesante que ocurre cuando las personas tienen que proyectar una emoción, mientras sienten otra diferente. A esto, lo denominan **disonancia emocional**. Esta inconsistencia entre las emociones que las personas sienten y las que proyectan por "obligación, ajuste y/o adaptación al entorno", tarde o temprano acaba generando un serio desgaste emocional o estrés.

La **actitud** es un juicio de valor que te sitúa a favor o en contra ante un objeto, persona, o evento/circunstancia. Las razones que están tras estas posiciones evaluativas son complejas de entender. Para ello, los investigadores de las actitudes han identificado en su configuración tres elementos que se relacionan estrechamente: **la cognición, el afecto y la conducta**. El componente cognitivo de las actitudes se nutre de la creencia de cómo son o deben ser las cosas. El trazo emocional y sentimental de una actitud conforma el componente afectivo. Y este componente mueve a la acción, dotando al componente conductual de comportamientos intencionados hacia alguien o algo.

Las actitudes **se originan** por los aprendizajes vitales, los mensajes parentales y/o, por las experiencias que se generalizan haciéndonos posicionar tempranamente ante cualquier situación, hecho, producto, a favor o en contra. Y con frecuencia, se piensa que el sentido que orienta la actitud parte de la cognición que, a su vez condiciona el afecto, y éste, asimismo, genera el comportamiento. En caso de no tener generada una actitud ante algo, alguien, o que una circunstancia acaece repentinamente, se asimila con la actitud que, cognitivamente, se parezca más. El componente conductual resulta la parte más accesible y observable de las actitudes para trabajar con el cambio de comportamientos.

Para que las personas se desenvuelvan ante la vida de manera plena, estos tres componentes deben ser coherentes. Cualquier incompatibilidad entre dos o más actitudes, o entre el comportamiento y las actitudes da lugar a una **disonancia cognitiva**. Para no cambiar, ni sufrir la ansiedad ineludible de la contradicción, el individuo tiende a racionalizar una conducta distinta a su actitud inicial. Es por ello que, en el análisis cualitativo de las entrevistas y FG, algunos participantes de la muestra, que previamente se habían mostrado muy en contra del desperdicio alimentario, justificaran su propio acto de tirar alimentos, por motivos de salud, de algo extraordinario y puntual, etc.

Las 6 emociones básicas consensuadas

Existe una gran controversia entre psicólogos y filósofos a la hora de identificar un grupo de emociones básicas, en el extenso universo de emociones. Muchos académicos han intentado clasificarlas en conjuntos (Tracy y Robins, 2007), pero otros piensan que es un vano esfuerzo por sus interacciones inclusivas en su espectro de continuidad (Solomon, 2002). Lo cierto es que resulta muy difícil establecer unas emociones fundamentales en el ser humano, o incluso determinar si puede existir esa categoría básica. No obstante, hay un acuerdo tácito entre los investigadores en clasificar las seis emociones más comunes y universales como emociones básicas (Wegge et al., 2006). Este grupo está formado por las siguientes emociones:

	<p>MIEDO: Es una emoción que anticipa una amenaza o peligro produciéndole al sujeto que lo experimenta, sentimientos de ansiedad, incertidumbre e inseguridad, cuya acción inmediata le lleva a protegerse.</p>
	<p>SORPRESA: Se trata de una alteración emocional, como resultado de un input inesperado e imprevisto, provocando en la persona que lo experimenta sentimientos de sobresalto, asombro y desconcierto. Es una reacción muy transitoria que te lleva a realizar una aproximación cognitiva sobre el evento, para saber qué pasa y buscar una orientación al respecto.</p>

	<p>AVERSIÓN: Es una emoción básica con función adaptativa y de supervivencia que provoca sentimientos de disgusto y asco, y despierta una reacción de huida y/o alejamiento del objeto/sujeto que nos produce aversión.</p>
	<p>RABIA: Es un estado emocional que mueve a la persona a dar respuesta a una situación que en principio se vive como una agresión ofensiva y amenazante despertando así, sentimientos de ira, enojo, resentimiento, furia e irritabilidad. La reacción que provoca de manera casi automática es atacar de manera defensiva para protegerse.</p>
	<p>ALEGRÍA: Es una emoción pasajera que surge como respuesta ante un acontecimiento positivo y que genera sentimientos de gozo, diversión, euforia y gratificación. Esta sensación de bienestar y seguridad nos hace ir en busca de situaciones similares que repitan dicha emoción.</p>
	<p>TRISTEZA: se trata de un estado afectivo emocional impregnado de dolor y decaimiento que se expresa mediante el llanto, el rostro abatido, la falta de apetito, la lasitud, etc. y que, provoca sentimientos de pena, soledad y pesimismo. A menudo, a este estado se llega cuando nuestras expectativas no se ven cumplidas y la respuesta más racional es replantearte la vida.</p>

Algunos psicólogos colocan estas seis emociones básicas en un espectro. A lo largo de ese continuo, las emociones varían y van surgiendo en este sentido: de la felicidad a la sorpresa y, de ésta al miedo que le sigue por este orden de aparición la tristeza, la ira y el asco. **Cuanto más cercanas están las emociones en este continuo, las personas tienen más probabilidad de confundirse entre ellas.** *Por ejemplo, a veces confundimos la alegría y la sorpresa, pero pocas veces confundimos el miedo con el asco.*

Este continuo sugiere que una persona pueda reconocerse de izquierda a derecha y/o de ida y vuelta, experimentando emociones que se expresan de una a la siguiente más cercana en dicho

espectro. Por ejemplo, una persona puede sentirse feliz, o puede sentirse sorprendida y feliz o, puede sentirse simplemente sorprendida.



Es inevitable también confundir **emociones que se denominan secundarias de los sentimientos**. Algunos autores identifican hasta 12 emociones secundarias más, y cientos de sentimientos: culpa, entusiasmo, envidia, frustración, odio, esperanza, vergüenza, celos, felicidad, amor, orgullo, decepción, etc...

Las emociones morales o éticas

Se tiende a pensar que las emociones internas son innatas, pero, dependiendo de la situación y sus circunstancias, experimentamos diferentes emociones, estando estas muy vinculadas a su percepción, valoración e interpretación personal.

Realmente se puede experimentar diferentes emociones dependiendo de la situación, su percepción e interpretación, así como del juicio moral que nos evoque a cada uno, siendo muy distintas (Chapman y Anderson, 2013). A este tipo de emociones se las ha **denominado emociones morales porque tienen valoraciones éticas que se deben a nuestra evaluación cognitiva por lo que nos evocan personalmente**. Es decir, surgen a partir de un juicio personal y/o, a partir de una situación concreta conllevando implicaciones morales.

Culpa por la propia conducta inmoral; pena o compasión por el sufrimiento de otros; rabia por las injusticias cometidas hacia los demás; desprecio o asco por quienes tienen un comportamiento poco

Las emociones morales son aprendidas en la infancia (Krettenauer, Asendorpf, y Nunner-Winkler 2013), y no son tan universales como las innatas, puesto que la moral es un constructo que se manifiesta de diferentes maneras en culturas y sociedades diversas, en virtud de sus creencias, ideologías y religiones. Es por ello, por lo que, se las suele considerar emociones secundarias, muy propias en estudios parecidos al nuestro. Así, es necesario ser conscientes de los aspectos morales de las circunstancias que disparan según qué emociones asegurándose de entender todo el contexto, antes de actuar.

Con relación a nuestro estudio, cabe señalar que estas emociones morales, también se pueden enseñar y trabajar de cara a su reconducción no dejándolas al azar de la particular experiencia humana.

Las emociones y el desperdicio alimentario

Por su parte, las **emociones** constituyen un aspecto relativamente reciente en la investigación en torno al desperdicio (Porpino, 2016). Graham-Rowe et al., (2014) analizan las motivaciones y barreras para reducir el desperdicio por medio de entrevistas en profundidad semi estructuradas a responsables de compra en el hogar. En sus hallazgos, destacan como motivaciones para reducir el desperdicio, por un lado, evitar el despilfarro de dinero o de una comida en buen estado y, por otro, el "hacer lo correcto" (orgullo). Por el contrario, no parece relevante la motivación medioambiental.

Como barreras destaca el mostrarse como "buen proveedor/anfitrión", la comodidad, la falta de prioridad y la exención de responsabilidad ante el problema del desperdicio. Ponen de manifiesto que las emociones son la base de ambos, impulsores y barreras, ya que se busca evitar las emociones negativas, como la culpa. A su vez, asocia el problema del desperdicio a un conflicto de objetivos personales (minimizar la comida desperdiciada se percibe que entra en conflicto con ser un anfitrión espléndido o una madre preocupada por la seguridad alimentaria). Otros trabajos también apuntan al conflicto entre normas personales y sociales o conflicto de emociones negativas, como la vergüenza por llevarse las sobras de un restaurante o el arrepentimiento por desecharlas (Sirieix, Lála y Kocmanová, 2017).

Sin embargo, mientras que hay sobradas evidencias de que las emociones negativas (frustración, ansiedad y culpa) acompañan a los comportamientos de despilfarro de alimentos, se pone más en **cuestión la relación entre las emociones positivas y las intenciones o los comportamientos relacionados con el despilfarro de alimentos** (Russell et al., 2017). Asimismo, se aprecia inconsistencia entre las intenciones y el comportamiento real en relación con el control del desperdicio de alimentos asociado a experiencias emocionales negativas, ya que estas, a pesar de afectar positivamente a las intenciones de reducir el desperdicio de alimentos, pueden producir el efecto contrario; **un mayor nivel de emociones negativas condujo a una mayor cantidad de desperdicio de alimentos**. En esta línea, el reciente trabajo de Srivastava y Srivastava (2020) pone el foco en la necesidad de comprender los mecanismos afectivos que emplean los consumidores para reducir los sentimientos negativos asociados a tirar comida, así como en abordar el análisis del impacto negativo de las emociones positivas en los comportamientos asociados al despilfarro de alimentos.

Por su parte, Amato, Fasanelli y Rivero (2019) abordan la segmentación de los consumidores en 4 grupos vinculando emociones e intención de evitación del desperdicio, lo que lleva a su clasificación como **opulentos, apáticos, indulgentes y luchadores**; estos últimos presentan un nivel alto de emociones negativas hacia el desperdicio, como **enfado, disgusto, arrepentimiento o vergüenza**. Subrayando el rol central de las emociones en el problema del despilfarro de alimentos, Jagau y Vyrastekova (2017) sugirieron que la eficacia de las campañas de concienciación/información de los consumidores, o de las intervenciones conductuales puede depender de la provocación de dichas emociones, reclamando la "carga emocional de las campañas de información".

2.5. Estrategias e iniciativas: consumidores, empresas y poderes públicos

Atendiendo al desperdicio alimentario en los hogares como un fenómeno con múltiples dimensiones y derivado, no de un comportamiento concreto, sino de un conjunto de prácticas de

gestión de los alimentos que se desarrollan en distintos momentos y escenarios (el comercio, el hogar), la solución al problema debe pasar, necesariamente, por involucrar a consumidores, industria/distribución y poderes públicos en el objetivo común de lograr un consumidor formado, informado y consciente y que perciba que dispone de herramientas para actuar eficazmente en reducir el desperdicio (Mondéjar-Jiménez et al., 2016; Roodhuyzen et al., 2017; Schanes, Dobernig y Gözet, 2018). Estos últimos autores, en una exhaustiva revisión de la literatura en relación con las iniciativas para abordar el problema y su “mapeo” (hogar, industria, distribución, poderes públicos y R&D), diferencian dos niveles en función de las razones que subyacen al desperdicio:

1) COMPRENSIÓN Y PERCEPCIÓN DEL PROBLEMA: en este espacio destaca el papel de los **poderes públicos** en la sensibilización hacia el problema y su vinculación con los impactos medioambientales.

- Sistemas eficaces de **medición** del desperdicio y establecimiento de objetivos colectivos o respaldados por la sociedad.
- **Impuestos** y tasas (sistemas de pago por los residuos de alimentos y recogida selectiva obligatoria).
- **Normativa:** objetivos de reducción de residuos, leyes y normas, planes de gestión obligatorios
- Campañas de **información** (impacto económico, social y ambiental)
- Campañas de **sensibilización** sobre el problema para reducir la aceptación del desperdicio como norma social.
- Programas **educativos** para que disminuya la percepción de falta de herramientas para atajar el problema (falta de control conductual percibido).

2) PRÁCTICAS Y RUTINAS DEL HOGAR RELACIONADAS CON LOS ALIMENTOS, donde también pueden cobrar un rol muy relevante las iniciativas de las **empresas**, teniendo en cuenta los distintos momentos del proceso de gestión de los alimentos:

- **Planificación:** campañas destacando la importancia de la planificación de compras y menús (empleo de listas de la compra, sugerencia de menús, etc.); desarrollo de Apps para facilitar gestión de listas de la compra y gestión de inventario.

-
- **Compra:** envases en formatos pequeños o combinando diversos productos (fabricantes); descuentos en productos cercanos a caducidad o con aspecto óptimo (distribuidor), unido a campañas para favorecer la aceptación de éstos.
 - **Conservación y empleo:** desarrollo de frigoríficos “inteligentes” y material de menaje; envases que prolonguen la vida útil de los alimentos y con indicaciones específicas de almacenamiento; campañas informativas sobre la conservación/congelado de alimentos; App y otras plataformas con formación sobre cocina y aprovechamiento de sobras.
 - **Aprovechamiento de sobras:** campañas para promover el “*food sharing*” y la cocina de aprovechamiento.
 - **Evaluación del estado de los alimentos:** el peso recae sobre los poderes públicos con iniciativas de revisión de los estándares de seguridad alimentaria; racionalización y optimización de las fechas de caducidad y consumo referente en el etiquetado; campañas educativas sobre seguridad e higiene, durabilidad de los productos o significado de las etiquetas.
 - **Gestión de residuos:** campañas de información sobre recirculación de los alimentos (“*sharing*”), o empleo para otros usos como alimentación animal, compostaje, etc.

En la página siguiente mostramos un resumen de las iniciativas más relevantes identificadas por Schanes et al. (2018) en su revisión de la literatura. Como se observa, las iniciativas se refieren a los principales actores identificados en la cadena alimentaria (poderes públicos, consumidores, industria y distribución) y recoge tanto acciones centradas en la comprensión y percepción de la alimentación, como en los hábitos y costumbres relacionadas con ésta.

Ámbito		Poderes públicos			
Comprensión y percepción		<ul style="list-style-type: none"> • Sistemas eficaces de medición del desperdicio y establecimiento de objetivos colectivos o respaldados por la sociedad. • Impuestos y tasas sobre residuos de alimentos y recogida selectiva obligatoria • Normativa: objetivos de reducción de residuos, leyes y normas, planes de gestión obligatorios • Campañas de información obre impacto económico, social y ambiental • Campañas de sensibilización sobre el problema para reducir la aceptación del desperdicio como norma social. • Programas educativos para disminuir la percepción de falta de herramientas para atajar el problema (falta de control conductual percibido). 			
Ámbito		Consumidor	Industria	Distribución	Poderes públicos
Hábitos y rutinas relacionados con alimentación	Planificación	<ul style="list-style-type: none"> • Empleo de listas de la compra, planificación de menús 		<ul style="list-style-type: none"> • Apps para facilitar gestión de listas de la compra e inventario 	<ul style="list-style-type: none"> • Campañas destacando la importancia de la planificación de compras y menús
	Compra	<ul style="list-style-type: none"> • Empleo de sentido crítico y realismo 	<ul style="list-style-type: none"> • Formatos más pequeños o combinando productos • Menos envases en perecederos 	<ul style="list-style-type: none"> • Descuentos en productos cercanos a caducidad o con aspecto menos óptimo • Disponibilidad de opciones y formatos adaptados 	<ul style="list-style-type: none"> • Campañas de aceptación de productos cercanos a caducidad o con aspecto menos óptimo
	Conservación y empleo	<ul style="list-style-type: none"> • Disponer de espacio y menaje adecuado de almacenaje • Identificación al almacenar 	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo de frigoríficos y envases inteligentes • Instrucciones conservación para alargar vida alimentos 		<ul style="list-style-type: none"> • Campañas sobre conservación y congelación
	Aprovechamiento sobras	<ul style="list-style-type: none"> • Servir raciones más pequeñas • Adquisición habilidades cocina y formación/sugerencias aprovechamiento 	<ul style="list-style-type: none"> • Apps y otros recursos con recetas 	<ul style="list-style-type: none"> • Apps y otros recursos con recetas 	<ul style="list-style-type: none"> • Campañas informativas sobre durabilidad de los restos, o favorecer su visibilización en el frigorífico
	Evaluación estado de los alimentos	<ul style="list-style-type: none"> • Correcta interpretación de las fechas en etiquetado 	<ul style="list-style-type: none"> • Rediseño de etiquetado, consistencia en las fechas de consumo • Indicaciones conservación y valoración del estado de los alimentos 		<ul style="list-style-type: none"> • Revisión estándares de seguridad alimentaria • Racionalización y optimización de las fechas de caducidad y consumo referente en el etiquetado • Campañas educativas seguridad e higiene, durabilidad de los productos o significado de las etiquetas.
	Gestión de residuos	<ul style="list-style-type: none"> • Uso del "food sharing" • Valoración de la utilidad para alimentación animal o compostaje 			<ul style="list-style-type: none"> • Campañas información recirculación de los alimentos ("sharing"), o empleo para otros usos (alimentación animal, compostaje, etc.)

Fuente: Elaboración propia a partir de Schanes et al. (2018)



3. OBJETIVOS Y METODOLOGÍA

3.1. Objetivo General

Como ya se apuntó en la introducción, el objetivo general de este estudio fue **comprender con profundidad el fenómeno del desperdicio alimentario de los hogares madrileños**. Con un interés especial en identificar las variables **que ayudaran a explicar las diferencias entre barrios/zonas más despilfarradoras de alimentos y aquellas más aprovechadoras**, se analizaron: (1) los procesos cognitivos y emocionales que inciden en las actitudes y en el comportamiento de los consumidores madrileños en todas las etapas del ciclo de alimentos: la compra, el almacenamiento, el cocinado y la utilización de las sobras o restos de alimentos; y (2) las motivaciones, barreras, prácticas y propuestas de los ciudadano/as de Madrid sobre el desperdicio de productos alimentarios.

3.2. Objetivos Específicos

Más concretamente, se pretende responder a los siguientes **objetivos específicos**:

- **Examinar las actitudes** acerca del desperdicio alimentario, así como las emociones que provoca en el ciudadano.
- **Conocer las causas y motivaciones** del desperdicio, y aquellas características o circunstancias de los hogares que explican este fenómeno en mayor medida.
- **Evaluar las prácticas** de los consumidores y determinar qué **barreras** o frenos encuentran a la hora de llevar a cabo conductas de aprovechamiento alimentario.
- Ofrecer **recomendaciones** a las instituciones públicas y organizaciones involucradas en la promoción de un mayor aprovechamiento alimentario.

3.3. Enfoque y técnicas de investigación

Para lograr los objetivos planteados se llevó a cabo una **investigación cualitativa interpretativa**, que permitió acceder a la manera en la que entienden el fenómeno del desperdicio, cómo se relacionan con él y cómo actúan. Las técnicas que se utilizaron fueron las siguientes:



1. Entrevistas personales a expertos/as. Previa a la realización de las entrevistas y focus groups a consumidores, se llevaron a cabo entrevistas personales a cinco expertos/as. Aunque en la propuesta presentada al

Ayuntamiento no incluía esta técnica, se consideró oportuno llevarla a cabo para complementar la literatura revisada, profundizar en el tema de desperdicio situado en la ciudad de Madrid y diseñar la investigación. Estas entrevistas se realizaron de manera virtual antes de llevar a cabo las entrevistas y los focus groups a consumidores/as. Los/as expertos/as en el estudio no percibieron incentivo alguno por su participación en el estudio.



2. Entrevistas en profundidad. El número de entrevistas a realizar se determinó por el momento que se alcanzó el punto de saturación teórica, esto es, cuando un nuevo informante no aportaba información nueva respecto a las entrevistas anteriores. La saturación se consiguió en la décima entrevista; no obstante, con la

finalidad de confirmar determinados resultados, se realizaron 5 entrevistas más. Todas las entrevistas fueron llevadas a cabo de manera virtual (a través de Teams y Zoom) por los miembros del equipo investigador.



3. Grupos de discusión. Se realizaron en total 8 grupos de discusión, compuesto por 6 participantes. En cada grupo se mantuvo el reparto por género (hombre y mujer) y el número de personas en el hogar (hasta 3 o más de 3 personas). Se

buscó la homogeneidad a partir del distrito de residencia, la edad y el nivel educativo (con estudios universitarios y sin estudios universitarios); la variabilidad dentro de cada grupo se basó fundamentalmente en hábitos de consumo de productos de alimentación y en distintos estilos de vida. Además, habida cuenta que la pertenencia a ONG es una variable determinante se fija como

criterio que al menos un participante de cada grupo participe/colabore en una ONG. Los focus groups se realizaron de manera presencial en las instalaciones de la Universidad Pontificia Comillas (C/Alberto Aguilera, 23, Madrid).



4. Diarios de Consumo. Fueron reclutados de **11 hogares para que completaran en un diario sus hábitos, experiencias y opiniones sobre la compra, consumo y desperdicio de productos alimentarios.** En el reclutamiento se buscó la variabilidad, teniendo en cuenta las variables de género, número de personas en el hogar (hasta 3 o más de 3 personas) y el distrito. La participación duró aproximadamente dos semanas. El periodo se inició al día siguiente de recibir el diario y finalizó 15 días después. El diario adoptó formato de cuaderno y fue de libre exposición; no obstante, para facilitar su elaboración, incluyó cuestiones generales relacionadas con la conducta de desperdicio (ej. ¿qué, por qué y cuánto desperdicié?), los pensamientos antecedentes (ej. ¿qué pensé al hacerlo? ¿cuál fue mi diálogo interno?), los sentimientos consecuentes (¿cómo me sentí después?) , y la prevención adaptativa (¿qué puedo pensar/hacer para no repetirlo?).

3.4. Reclutamiento de los informantes

Para la selección de los informantes se utilizó un muestreo teórico e intencional, que cumpliera con los criterios de suficiencia y adecuación. En este sentido, los participantes fueron elegidos atendiendo a las necesidades teóricas del estudio y a su representatividad tipológica (que no cuantitativa) siguiendo el principio de similitud y de diferencia. El criterio de similitud fue el ser residente habitual en Madrid y mayor de 18 años. Como criterio de variabilidad, y teniendo en cuenta las investigaciones anteriores sobre el desperdicio alimentario, se establecieron unos segmentos a priori que tienen en cuenta las variables de residencia (Centro, Tetuán y Arganzuela), el número de personas en el hogar (hasta 3 o más de 3 personas), género (hombre y mujer) y edad (18-35 años; 36-50; 51-65).

Para el reclutamiento de los participantes se utilizaron varios procedimientos. En primer lugar, los **expertos fueron reclutados** a partir de la red de contactos del personal investigador y de la organización Enraíza Derechos. La Tabla 1 muestra el perfil de los expertos/as que participaron.

Tabla 1. Expertos/as

PERFIL	CARGO
Ex1 - Hombre	Miembro fundador de "Refood España"
Ex2 - Mujer	Subdirección de Calidad y Sostenibilidad - MAPA
Ex3 - Mujer	Responsable de HORECA - "Too Good to Go"
Ex4 - Hombre	Activista sobre el desperdicio alimentario y autor del libro " Los tomates de verdad son feos".
Ex5 - Hombre	Concejal de Sostenibilidad y Medio Ambiente del Ayuntamiento de Tres Cantos (Madrid).

Los participantes en las entrevistas personales se reclutaron, casi en su totalidad, por la organización Enraíza Derechos. La Tabla 2 muestra una descripción del perfil de los participantes atendiendo al distrito de residencia, al número de personas que habitan en el hogar (hasta 3 personas, más de 3 personas), la edad de los informantes y, en dos casos, también a su nivel educativo universitario.

Tabla 2. Entrevistas personales

Entrevista	Distrito	Personas en el Hogar	Género	Edad	Estudios Universitarios	ONG
E1	Arganzuela	1	Mujer	36-50	Sí	No
E2	Arganzuela	1	Mujer	36-50	Sí	Sí
E3	Tetuán	4	Mujer	51-65	Sí	Sí
E4	Arganzuela	2	Mujer	18-35	Sí	No
E5	Tetuán	4	Mujer	36-50	Sí	Sí
E6	Tetuán	4	Mujer	36-50	Sí	No
E7	Arganzuela	3	Mujer	18-35	Sí	Sí
E8	Arganzuela	2	Mujer	36-50	Sí	No

E9	Centro	1	Mujer	36-50	Sí	Sí
E10	Arganzuela	2	Mujer	18-35	Sí	Sí
E11	Tetuán	2	Mujer	18-35	Sí	Sí
E12	Centro	4	Hombre	18-35	No	No
E13	Centro	2	Mujer	18-35	Sí	Sí
E14	Centro	5	Hombre	36-50	Sí	No
E15	Centro	2	Mujer	36.50	Sí	No

Los participantes de los focus groups fueron reclutados por una empresa de reclutamiento contratada al efecto. La Tabla 3 muestra una descripción del perfil de los participantes atendiendo al distrito de residencia, al número de personas que habitan en el hogar, la edad de los informantes y, en dos casos, también a su nivel educativo universitario.

Tabla 3. Focus Groups

FG	Distrito	Personas en el hogar	Edad	Nivel educativo
FG1	Arganzuela	50% < 3 personas 50% > 3 personas	50-65	
FG2	Tetuán	50% < 3 personas 50% > 3 personas	50-65	
FG3	Centro	50% < 3 personas 50% > 3 personas	30-49	Sin estudios universitarios
FG4	Centro	50% < 3 personas 50% > 3 personas	18-29	
FG5	Centro	50% > 3 personas	50-64	
FG6	Arganzuela	50% < 3 personas 50% > 3 personas	30-49	
FG7	Tetuán	50% < 3 personas 50% > 3 personas	30-49	
FG8	Centro	50% < 3 personas 50% > 3 personas	30-49	Con estudios universitarios

Los participantes de los diarios de consumo fueron reclutados a partir de la red de contactos del personal investigador. La Tabla 4 muestra una descripción de la muestra de los hogares que completaron los diarios de consumo.

Tabla 4. Descripción de los perfiles de los hogares que completaron los diarios de consumo

Hogar	Distrito	Personas en el hogar	Edad	Hijos pequeños hogar	Género
D1	Fuencarral	3	37	1	H
D2	Sanchinarro	2	36	0	H
D3	Sanchinarro	4	40	2	H
D4	Montecarmelo	3	38	1	H
D5	Sanchinarro	5	49	3	M
D6	Fuencarral	1	45	0	H
D7	Sanchinarro	4	41	2	M
D8	Barrio del Pilar	2	63	0	H
D9	Montecarmelo	1	65	0	M
D10	Barrio del Pilar	2	61	0	M
D11	Barrio del Pilar	3	55	1	M

3.5. Guión

Tanto las entrevistas a los expertos/as, como las entrevistas a los consumidores y los focus groups, se llevaron a cabo siguiendo las pautas orientativas de un guión. Para la elaboración de dicho guión se tuvo en cuenta la revisión de literatura realizada por el equipo, especialmente, lo dispuesto por el modelo "MOA Framework": Motivaciones, Oportunidades y Habilidades". El modelo MOA es especialmente útil para explicar los comportamientos objetivos normativos o de ganancia, ya que

este tipo de objetivos requieren disciplina, habilidades, recursos y medios técnicos para no ser anulados por los objetivos hedónicos (Olander y Thøgersen, 1995). Concretamente, el marco propone (1) que debe existir la motivación para actuar según un objetivo y, (2) que no existan barreras que dificulten su puesta en práctica, es decir, los factores que llevan a los consumidores a creer que son incapaces de reducir el desperdicio de alimentos, factores subyacentes a lo que la teoría del comportamiento planificado resume como el control conductual percibido de los consumidores (Ajzen, 2002).

Para las dinámicas de trabajo en los *Focus Group* se ha utilizado, además, el metaplán que es una herramienta de análisis cualitativo de grupo, que busca generar ideas y soluciones; desarrollar opiniones y acuerdos; o formular objetivos, recomendaciones y planes de acción. El instrumento principal de recolección de información lo constituyen las tarjetas (*post-it*), por el gran componente visual que aportan en la discusión. El propio trabajo grupal se ha inspirado en el desarrollo de los **diagramas de Ishikawa** que, de manera colaborativa, han permitido analizar el problema de investigación estableciendo las relaciones de causa-efecto en 4 fases:

- ¿Qué emoción experimento cuando desperdicio alimentos?
- ¿Por qué me siento de ese modo al desperdiciar alimentos?;
- ¿Qué emoción tendría si aprovechara dichos alimentos? y,
- ¿Qué me ayudaría a conseguir desperdicio cero y/o aprovechamiento total?

A continuación, se detalla la estructura básica de los instrumentos utilizados en las entrevistas y focus groups (ver Tabla 5) así como el formato de la ficha que se utilizó para los registros de desperdicio en los diarios de consumo (ver Figura 1).

Tabla 5. Estructura del guion utilizado en las Entrevistas a Expertos/as, entrevistas y focus groups

Guion utilizado en las Entrevistas a Expertos/as	
1. Introducción	<ul style="list-style-type: none"> ● Presentación del estudio y del experto/a invitado/a
2. Experiencia	<ul style="list-style-type: none"> ● Aproximación al tema del desperdicio alimentario y su experiencia con el tema
3. Centraje	<ul style="list-style-type: none"> ● Estado actual de la cuestión: <i>hot topics</i>, cuestiones confirmadas, futuras investigaciones. ● Desperdicio alimentario y el consumidor: el proceso tras el consumo y el desperdicio de alimentos, las experiencias cognitivas y emocionales del desperdicio, los significados atribuidos a la alimentación y al desperdicio, frenos o barreras al no desperdicio.
4. Recentraje	<ul style="list-style-type: none"> ● Medidas y Campañas: Propuestas para fomentar prácticas más sostenibles en alimentación, enfatizando soluciones de compra, almacenamiento, conservación y tratamiento de alimentos y residuos.
5. Cierre	<ul style="list-style-type: none"> ● Agradecimiento y despedida
Guion utilizado en las Entrevistas y Focus Groups de Consumidores	
1. Introducción	<ul style="list-style-type: none"> ● Presentación del estudio y participantes
2. Calentamiento	<ul style="list-style-type: none"> ● Aproximación al tema de la alimentación
3. Centraje	<ul style="list-style-type: none"> ● Criterios de compra de alimentos, lugares, tiempo y planeamiento dedicado a ello. ● Prácticas de almacenamiento y conservación de distintos tipos de alimentos ● Prácticas de preparación y consumo de distintos tipos de alimentos ● Experiencias personales (actitudes, pensamientos, emociones) relacionadas con la alimentación y el desperdicio alimentario
4. Recentraje	<ul style="list-style-type: none"> ● Impactos de la alimentación y del desperdicio alimentario ● Responsabilidades de los distintos agentes ● Campañas y propuestas para fomentar prácticas más sostenibles en alimentación, enfatizando soluciones de compra, almacenamiento, conservación y tratamiento de alimentos y residuos.
5. Cierre	<ul style="list-style-type: none"> ● Agradecimiento y despedida

Figura 1. Plantilla para el registro de los diarios de consumo

REGISTRO SOBRE MI DESPERDICIO ALIMENTARIO				
Por favor, al rellenar, intenta ser breve. Recuerda, el objetivo es conocerte a ti mismo sobre D.A. ☺				
Día de la semana y hora: describe la Situación /acontecimiento/dónde	Conducta ¿Qué, por qué y cuánto desperdié ? <i>Producto y cantidad</i>	Pensamientos antecedentes ¿Qué pensé al hacerlo? <i>Mi dialogo interno</i>	Sentimientos consecuentes ¿Cómo me sentí después? Describe tu sentimiento	Prevención adaptativa ¿Qué puedo pensar/hacer para no repetirlo?

3.6. Cuestiones éticas

Esta investigación se realizó con la aprobación del Comité Ético de la Universidad Pontificia Comillas.

: <https://www.comillas.edu/teologia/14-universidad/712-comite-de-etica>

3.7. Análisis

Dado que no existen modelos que expliquen de forma perfecta el fenómeno del desperdicio, para el análisis de los datos se optó por una metodología inductiva que combinara los enfoques de todo a la parte (inspirada en la fenomenología) y de la parte al todo (inspirada en Grounded Theory).

Ambos enfoques han sido ampliamente utilizados en el ámbito del comportamiento del consumidor y también en el ámbito del consumo responsable. Más aún, se ha sostenido la necesidad de usar este tipo de metodologías con el fin de avanzar en el conocimiento del consumidor responsable. Teniendo en cuenta esta aproximación metodológica, el análisis se ha caracterizado por los siguientes rasgos:

- **El rechazo a toda forma de teorización previa** y la necesidad de entrar en contacto directo con el fenómeno objeto de estudio para analizarlo.
- **La sensibilización teórica.** La literatura se utiliza para sensibilizar a los analistas y equiparles de un aparato conceptual para que puedan aprehender el fenómeno. La literatura se ha revisado antes de realizar las entrevistas, durante su análisis y después, con el fin de validar los resultados.
- **Realización de entrevistas:** Las entrevistas se realizaron en parejas, siguiendo los principios de la fenomenología existencial para conseguir que el consumidor alcanzara la máxima reflexividad.
- **El uso de categorías y de preguntas como piedras angulares de la codificación:** Como ninguna de las familias clásicas de codificación del desperdicio servía para capturar todas las categorías emergentes, el análisis se apoyó en una serie de preguntas sobre las experiencias de los consumidores respecto a todas las etapas del ciclo de vida de los alimentos y especialmente en lo referente al desperdicio alimentario.
- **La fiabilidad se puede asegurar mediante la triangulación o el acuerdo entre codificadores.** La validez se puede asegurar gracias a la revisión efectuada por los verificadores, la utilidad del informe y el uso de verbalizaciones que apoyan el análisis realizado. Con todo, los resultados no son extrapolables a otras condiciones espaciotemporales.



4. RESULTADOS

4.0. La visión de los/as expertos/as sobre el desperdicio alimentario

A pesar de los puntos de vista singulares que les proporciona su experiencia, nos ha impactado las fuertes convergencias en sus diagnósticos y representaciones entre los cinco expertos entrevistados, hasta el punto de poder extraer un denominador común bastante consistente y así explicitar el modelo consensual que prevalece implícitamente entre expertos.

Primero, los expertos tienden a considerar que el problema del consumidor no es el tomar conciencia y admitir que tira comida.

*EX4. "Se desperdicia, creo que el dato es que **el 80% de las familias reconoce haber despilfarrado, se desperdicia mucho sin ni haberlo cocinado. Hay, afortunadamente, o empieza a haber datos y un seguimiento, y eso es positivo, que la gente seamos conscientes de que tiramos comida y que eso es un problema.***

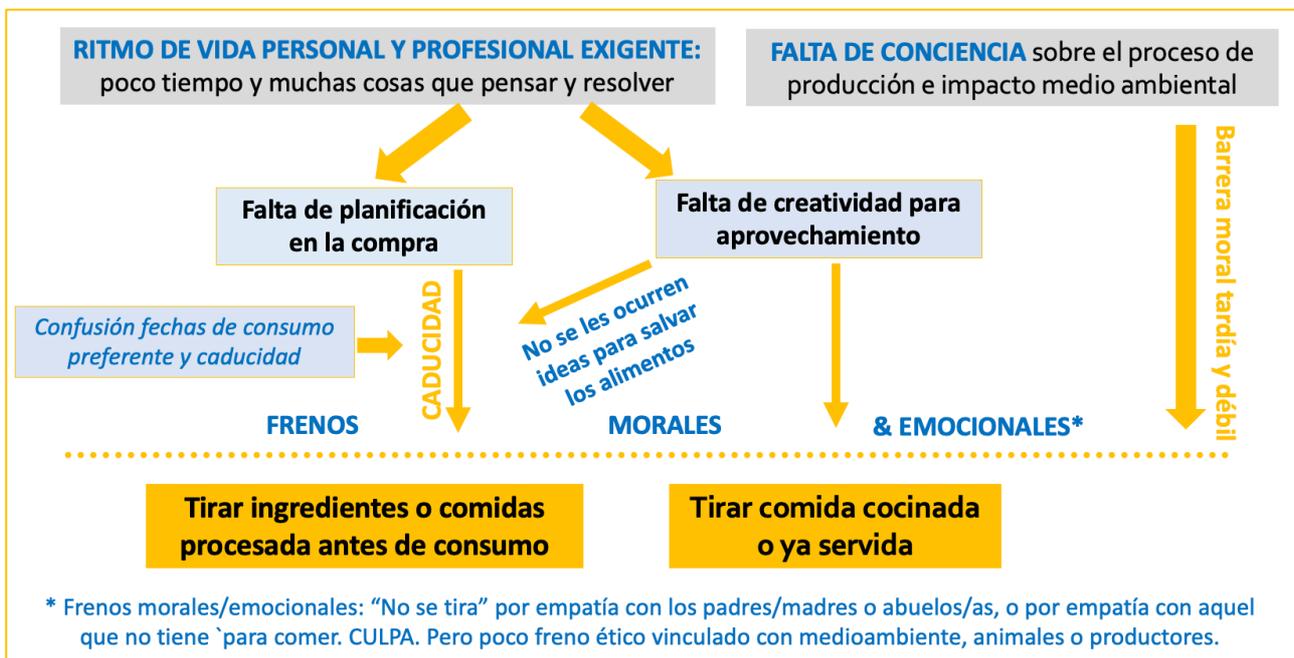
*EX5.- Desde el consumidor lo que más se sabe respecto al desperdicio alimentario, **lo más destacable, es que existe el desperdicio.** Yo creo que **somos conscientes**, creo que todos, en nuestra vida cotidiana, podemos tener circunstancias que podemos decir: "uy! lo puedo hacer mejor, o puedo desperdiciar menos, esto a lo mejor lo puedo aprovechar, no lo debería tirar, lo podría donar o lo podía utilizar de otra forma" **Creo que sí que hay conciencia, pero lo que nos falta a nivel general es tomar un poco más de acción.***

EX1. El consumidor ya sabe que tendría que preparar los menús semanales para hacer unas compras más ajustadas, para no comprar demás, pero seguimos replicando patrones de comportamiento social, desde mi opinión, bastante raros. Es decir, seguimos teniendo reuniones sociales y encuentros sociales donde no escatimamos en gastos y compramos un disparate de comida a sabiendas de que no se va a comer tanto, y luego hay que buscar qué saco con esa comida.

Por lo tanto, según estos expertos/as, el problema no es la falta de conciencia en cuanto al mismo hecho o a la magnitud del desperdicio al nivel individual, sino que viene de una mezcla entre (i) dificultad y/o pereza a la hora de solucionarlo y cambiar algunas inercias y (ii) falta de conciencia de la gravedad del impacto de este descuido.

Al respecto, como resultado del análisis de las entrevistas llevadas a cabo con expertos y expertas en desperdicio alimentario de la Comunidad de Madrid, se ha podido inferir un modelo implícito de su visión y entendimiento del fenómeno de desperdicio. Lo sintetizamos en el diagrama siguiente.

Figura 2. Modelo de desperdicio alimentario según las/os expertas/os



4.0.1. Ritmo de vida personal y profesional exigente

FALTA DE PLANIFICACIÓN EN LA COMPRA. El poco tiempo y las muchas cosas que los consumidores tienen que pensar y resolver en su día a día hacen que exista, por un lado, una **falta de planificación a la hora de llevar a cabo su compra**.

*EX1.- Sí. Entiendo que se desperdician más los **productos frescos**, por eso de que quizás compramos de más, y se nos ponen malos, que otro tipo de productos. Entonces yo creo que todo pasa por una buena organización, repito. Yo creo que **si tú planificas un poco tus consumos** y demás, **no tiene por qué haber desperdicio** de ningún tipo.*

EX3.- De cara al **consumidor por la mala organización**, o sea, muchas veces se compra de más, no se planifican las comidas, **no hay mucho tiempo** para, como nuestros abuelos, hacer recetas de aprovechamiento, antes con cualquier cosa que tuviesen cerca, crean una nueva...Y luego, con los **negocios**, está la **falta de previsión, de planificación, de gestión de stock**, lo que se tiene y lo que se produce...

EX4.- El motivo principal es el **no planificar por falta de tiempo**, estamos en una sociedad en la que parece que siempre llegamos tarde, esta **cultura de las urgencias**, más allá de lo que es la alimentación, y hace que algo tan básico como antes de ir a comprar voy a ver lo que tengo la nevera y hago una lista...eso no lo hacemos.

Esta falta de planificación lleva a que los alimentos **caduquen** y por tanto se tiren, generando inevitablemente un desperdicio alimentario.

EX1.-Y luego tenemos una nevera, si tenemos la suerte de llenar la nevera, pues tenemos una nevera llena donde los **productos pasan de fecha** y luego también pues eso, no consumir un producto que ha superado la **fecha de consumo preferente**, "tatati tatata", **tiramos más comida**.

EX4.- ...estábamos **ordenando la cocina**, armarios, estanterías...y había **comida que había caducado** y la **tiramos al cubo de la basura**.

Según los expertos, un factor agravante es la **confusión** entre los consumidores sobre la diferencia entre la **fecha de consumo preferente** y la de **caducidad**, con la tendencia a incitar a **tirar ingredientes o comidas procesadas de forma prematura** antes de su consumo, por una falta de conocimiento de los riesgos reales y su sobrevaluación en cuanto al posible impacto en la salud, cuando es la mera integridad de las propiedades organolépticas que previene la noción de consumo preferente.

EX2.- Pues a ver habría, lo primero el tema de las **fechas de consumo preferente y fechas de caducidad**, eso ya está la Unión Europea en ello, hay que darle una vuelta. **La gente no, en ningún país lo tiene claro. No sabe diferenciar una cosa de otra, ni qué significa cada cosa**.

EX3.- Sí, hemos hecho varios estudios y al final donde vemos que más se desperdicia es en alimentos frescos, y no solo en eso, hay un tema bastante interesante y es sobre la **fecha de caducidad**, donde nos hemos dado cuenta de que los **usuarios y consumidores no saben muy bien a veces diferenciar entre una fecha de consumo preferente y fecha de caducidad**. Para ello, hemos lanzado campañas de concienciación y pensamos que con las campañas que hemos lanzado, habrá un antes y un después y vamos a reducir el desperdicio notablemente.

EX4.- Hay productos en los que el **famoso debate de fecha de caducidad y fecha de consumo preferente** no pasa nada si te lo tomas pasada la fecha de consumo preferente; simplemente pierde alguna de sus propiedades organolépticas.

EX5.- Podemos partir, a lo mejor, de que hay **falta de información**; lo típico de un yogur, **fecha de caducidad o consumo preferente**, puede aguantar una semana más o no...

FALTA DE CREATIVIDAD PARA APROVECHAMIENTO. Por otro lado, este ritmo de vida personal y profesional tan demandante del ciudadano madrileño genera una **falta de creatividad para el aprovechamiento** y, en consecuencia, provoca una inercia inevitable hacia el desperdicio alimentario.

EX2.- Por qué, pues porque a lo mejor queda poco y no es suficiente para todos, entonces tienes que combinar con otros restos, o reaprovecharlo, lo cual supone hacer otra receta y complicarte un poco la vida, pensar. Esfuerzo, al fin y al cabo.

Al consumidor no se le ocurren **ideas**, o bien no tiene tiempo para “**salvar**” su comida con otra receta, llegando a la inevitable situación de tirarla después de haberla cocinado o una vez que se ha servido ya. El ver la misma comida varias veces hace que el consumidor se canse y no la coma, terminando al final en el cubo de basura.

4.0.2. Falta de conciencia y frenos morales emocionales

Otro punto para recalcar es que los expertos reconocen la existencia de una forma de **freno moral o emocional** que experimenta el consumidor, es decir, según ellos, el ciudadano “no tira” en reiteradas ocasiones por la **empatía** existente con los **padres** o **abuelos** que faltaron, o por aquellos que no tienen para comer. Este freno moral les genera un sentimiento de **culpabilidad**. Pero podría ser no tan generalizado por su dependencia al contexto familiar y educacional.

EX1. O sea nos damos cuenta a lo mejor de qué bueno, pues hay gente que lo tiene peor y que yo estoy tirando comida ¿vale? Eso sí...

EX2. Yo creo que es educación. Es la educación que te han dado en tu familia. Vamos yo lo tengo clarísimo. Porque yo por lo que he oído la gente que desperdicia así pero...es porque es lo que ha hecho siempre en su casa, su familia...

*EX5. Hemos visto que hay necesidad por parte de la población, por la parte económica, que han necesitado alimentos. Yo creo que esa **espinita**, sí que nos ha llegado, o espero que nos haya llegado a mucha gente de intentar desperdiciar menos. Yo hoy a lo mejor estoy tirando cosas y hay gente que está haciendo cola para tener alimentos, entonces, incluso ser solidario con el vecino, si sabes que tienes una persona lo está pasando mal, pues si es consciente que tú tienes algún alimento que lo vas a tirar o que está a punto de caducar, todos podemos hacer un esfuerzo. Yo creo que esa parte solidaria del Covid creo que sí que ha venido bien.*

Pero **esa emoción moral de la culpa no sería tan fuerte ni duradera, por el carácter simbólico y limitado de su fundamento ético**. No se iría más allá de un pensamiento tardío, en el momento de verse tirando, para aquellos que pasa(ro)n hambre, ya sean niños en África, padres y abuelos en la posguerra, o excluidos de nuestra sociedad de abundancia... que igualmente no podría salvar no tirando, por no ser un vecino necesitado identificado con quien me puedo solidarizar en el acto (al revés de la situación imaginada por Ex5 en la última cita).

Y el **fundamento ético de los frenos morales y emocionales no parecen relacionados con el medio ambiente, y la empatía** con el esfuerzo previo de los productores o el sacrificio de los animales. Con lo cual, otra de las conclusiones que se desprende del panel de expertos entrevistados, es que existe una **falta de concienciación** por parte del consumidor madrileño sobre cuántos alimentos se desperdicia. Éste no se llega a imaginar todo el **proceso de producción** que ha habido antes de que llegue el alimento a sus manos.

*EX2.- Ven más, por ejemplo, no comprar cosas envasadas en **plástico** y cosas así, pero el hecho de **tirar un producto no**. Porque **no conocen tampoco lo que llevan detrás**.*

*EX5.- Acerca del proceso del **desperdicio**, de la parte del consumidor podemos hablar del día a día, de la vida cotidiana de una familia, pero luego también se produce desperdicio y podemos hablar de las **grandes cadenas, o almacenes o productoras**, hay muchas veces todos dilemas que hay en encuentros entre por ejemplo, los grandes **productores de la aceituna**, que tienen problema en esas compras, que si el precio...se ha visto en televisión que de repente las tiran o las medio regalan...O los **tomates** también, por eso también es importante que muchas veces esos encontronazos por las **políticas de precios con los agricultores** también lleva muchas veces a un desperdicio... que se rompe el corazón porque se tiran una cantidad de verduras, hortalizas y demás muy grande.*

Por otro lado, la falta de conciencia de tal consumidor hacia el desperdicio alimentario viene propiciada por una falta de conocimiento sobre el impacto que genera su desperdicio en el **medio ambiente** (CO₂, cambio climático...). En definitiva, que su desperdicio es otro elemento que se suma a la actual crisis medioambiental que estamos viviendo en la actualidad. Lo cual contrasta con el hecho de que todos los expertos nos recuerdan que el compromiso social con la lucha contra el desperdicio toma sentido institucionalmente desde el punto de vista de los objetivos de desarrollo sostenible y las cuestiones de la optimización de los recursos naturales y del impacto sobre el calentamiento global.

*EX1.- Con el **impacto ambiental** que tiene el **desperdicio de alimentos** eso creo que no, o sea creo que nadie se da cuenta.*

EX2.- *Estás tirando todo lo que se ha necesitado para producirlo, todos los recursos y que al final estás haciendo un **daño al medio ambiente**. Lo que pasa eso, es que **mucha gente no lo sabe**, simplemente tiene el dinero, lo compra, lo tira. Pero pasa con, pues ya te digo pasa con todos los recursos, con la energía eléctrica, con todo lo que desperdicias estás tirando parte del medio ambiente también a la basura. **Y eso es lo que creo yo que falta mucho en España, porque en otros países, países nórdicos sobre todo si lo tienen más claro, pero nosotros no.** Es la impresión que tengo yo.*

EX3.- *Yo **lo dudo (desperdicio alimentario relación con el cambio climático)**. Tampoco hemos hecho muchas preguntas, pero siempre lo relacionan con **responsabilidad social**, etc.*

EX5.- *Sí, yo creo que con el **cambio climático no lo relacionan tanto** yo creo, porque **no son conscientes de todo el proceso de antes del producto**, o proceso después lo que acarrea el desperdicio. Yo creo por conversaciones o por cuestiones que puedo hablar con gente, que lo relacionan más con el proceso de **derroche económico** que acarrea el desperdicio, y con el medio natural lógicamente de producir y al final eso por malgastarlo tener más basura en los vertederos etcétera. Luego hasta el punto de cómo eso puede influenciar en emisiones de **CO₂**, en tener menos masa forestal etcétera, creo que **eso es lo que falta para tener ese punto más de concienciación y sensibilidad**.*

4.1. Los antecedentes del desperdicio

El discurso experto tendía a conceptualizar “el consumidor” como un consumidor genérico y abstracto, típico de nuestra sociedad de abundancia, que no piensa en el despilfarro hasta la hora que surja. Nuestro enfoque en los hogares y el proceso de organización a lo largo del ciclo de alimentación (compra, almacenamiento, cocina, etc.) permite distanciarse de ese paradigma. Primero, permite entrar en la pluralidad y complejidad del “un tipo concreto de consumidor”: ya que el desperdicio se genera y entiende dentro de un colectivo (a mínimos, todos los miembros del hogar): se trata de un ecosistema despilfarrador. Lo cual será importante a la hora de diseñar la campaña de comunicación y dirigirlas no sólo al responsable de compra y de cocina – que suele ser a menudo una figura femenina (madre o mujer) – sino también otras figuras típicas de los hogares (maridos, hijos, hospedados, compañeros de piso), interfiriendo en formas de interacciones típicas que puedan tener entre ellas. Luego, nuestro enfoque permite revelar que el despilfarro sí que se toma en cuenta en las etapas anteriores de la compra y el almacenamiento, y que interviene de forma bastante general como señal indicadora y reguladora del sistema de organización colectiva. Así, de los relatos de los participantes del estudio resalta que **las prácticas relacionadas con la alimentación tienden a formar un sistema rutinario en equilibrio, que resulta de un proceso**

multi-paramétrico, hecho de aprendizajes y ajustes. Elementos claves que influyen el comportamiento de la persona y de su hogar en cuanto a la alimentación son: la historia personal y las expectativas que los responsables de las decisiones y demás miembros del hogar tienen con el comer; y el estilo de vida y las prioridades personales y profesionales de estos más allá de la alimentación.

Conviene subrayar que **el alimentarse**, por mucho que pueda ser para unos pocos y en algunos momentos concretos una finalidad en sí: “comer por comer”, “comer por placer”, aparece **como una función mayormente de apoyo** a otras funciones y prioridades no alimenticias (típicamente, obligaciones u objetivos profesionales o personales).

En este marco, **el desperdicio se presenta de forma unánime como un síntoma de disfuncionalidad y de desequilibrio** cuando surge, y por lo tanto señala una necesidad de ajuste de comportamientos, y muchas veces parece efectivamente activarla (para que no se repita o al menos para que disminuya ese desperdicio sin contradecir la funcionalidad general del sistema).

Lo que puede variar es el umbral de sensibilidad al tema del desperdicio, por varios motivos que se analizarán más adelante, pueden llegar a tener un nivel de tolerancia diferente frente a un perfil de derroche equivalente. **Ese nivel de sensibilidad** a este síntoma de disfuncionalidad que es el desperdicio va a variar entre los miembros del hogar, siendo **más fuerte en aquella persona que más protagonismo y responsabilidades toma en la gestión de la función alimentaria**: veremos, sin mayor sorpresa, que muchas veces aparece la **figura femenina de la mujer o la madre** como encargada de esta función y de su regulación.



INSIGHT. El desperdicio se puede modelizar en el contexto de la alimentación como:

- Un conjunto de objetivos finales de vida de los miembros componentes del hogar.
 - Unos objetivos instrumentales con la alimentación subordinados a los anteriores.
 - Una organización colectiva de toda la función alimentaria (comprar, almacenar, cocinar) que tiende a sistematizarse y a hacerse rutinarias.
- Un sistema organizativo resultante que tiene al desperdicio como indicador de su propia disfuncionalidad.
 - Un sistema que por tanto resulta de un proceso de negociaciones y evaluaciones críticas, dando lugar a ajustes, y que se auto-regula en el marco del ecosistema colectivo del hogar.

4.1.1. Una función alimentaria que ha de cumplir objetivos alimentarios

El estudio de campo ha permitido **saturar toda la tipología clásica de motivaciones acerca de la alimentación con su abanico de matices y de combinaciones para ajustarse a los múltiples objetivos, a veces contradictorios, de uno mismo o de las diversas personas que componen el hogar.** La organización de la compra, del almacenamiento, o de la cocina, así como el énfasis en la planificación de tal o tal otra comida del día a lo largo de la semana, se justificaba por el énfasis en algunas de las expectativas diversas acerca de la alimentación del hogar.



Los objetivos genéricos atribuidos a la alimentación:

- La funcionalidad biológica y la eficiencia en su cumplimiento
- El sabor y placer sensorial de forma más general
- La salud a través del equilibrio nutricional y el descarte de alimentos patógenos
- El bienestar físico y estético
- La sociabilidad familiar, ociosa, o profesional
- El compromiso político o ético

A continuación, desarrollaremos cada una de estas funcionalidades. Para cada motivación genérica acerca de la alimentación, proponemos citas de entrevistados que ponen el énfasis en ella, aunque en muchos casos se aprecian matices y el equilibrio buscado con otras motivaciones.

LA FUNCIONALIDAD. La funcionalidad es aquel criterio que contempla en la alimentación su **función biológica mínima que condiciona la supervivencia sin ningún tipo de exigencia cualitativa.** Dentro de esa categoría genérica se pueden apreciar matices como el de insistir en la cantidad variable según la necesidad energética requerida por el cumplimiento de actividades más exigentes en calorías que la mera supervivencia, o sea el cumplimiento de objetivos de vida no alimenticios. Y también la funcionalidad puede llegar a incluir un matiz de conveniencia, valorando

la facilidad de acceso a la fuente nutritiva y energética como dimensión funcional complementaria por la economía de tiempo y trabajo que supone.

FG6. Para mí la alimentación es solo un trámite (H)

FG6. Para mí la alimentación es una necesidad fisiológica, algo que necesitamos para poder ejercer nuestras funciones. Luego dependiendo de qué actividad física tengas, tendrás que ingerir mayor cantidad de alimentos. Y convivo a medias con mi madre unos días y con mi chico (...) Por ejemplo, mi chico le da más importancia a los hidratos. (M)

E1. Mis comidas sobre todo a mediodía son como muy funcionales en el sentido de que yo salgo de trabajar a las tres de la tarde y la mayoría de los días intento comer en casa porque a las tres y media suelo estar, pero es verdad que tengo comida preparada que he hecho con antelación si no tiro mucho de ensalada o pechuga de pollo a la plancha o sea como muy básico todo.

EL SABOR/PLACER SENSORIAL. Esta categoría motivacional también es muy típica, insiste en el carácter placentero generado por las propiedades organolépticas percibidas del alimento, con toda la subjetividad que eso implica, pero que hace que uno busque apreciar el carácter sabroso en el acto de comer. Se puede extender el concepto al placer de comer por una apreciación sensorial más global, siendo a veces el motivo ambiguo ya que parece referirse al placer de ingerir con la dimensión afectiva y psicológica que la suele acompañar. El comer suele ser un momento de pausa y la virtud placentera se acentúa por el hecho de dedicarle su tiempo a esta experiencia sensorial: el no querer comer (tan) rápido. Siempre que la fuente de placer venga del carácter agradable o amistoso, de estar compartiendo ese momento con compañía caeríamos en la categoría de "sociabilidad" que veremos posteriormente.

FG1. Para mí la comida es placer, también que sea saludable y beneficie mi salud, pero, sobre todo, un placer (M)

E11. Eso [dedicar tiempo a la mejora de un plato] lo hace más Miguel, yo no tengo tanta imaginación. Yo a lo mejor haría algo más básico y comemos algo básico con lo poco que hay. Y él inventa algo mejor. Yo a lo mejor haría algo a la plancha y ya está, y comemos así. Pero él con otra cosa, hace algo más elaborado. Si pudiese elegir, cocinaría él siempre (...) Imagino que también disfruta un poco, pues probando la mezcla de sabores o de texturas cuando hace eso.

FG6. Yo lo meto en un táper en la nevera. Si es mucho, al congelador, pero no me gusta mucho porque luego cuando lo sacas no sabe igual. (M)

A veces el placer en la comida parece vinculado al **cumplimiento de una necesidad anímica** que lo aproxima a la motivación de equilibrio emocional y mental, aunque no sea convergente con el objetivo de salud física.

F4. Para mí comer es un placer. Y si no, cómo me cambia el humor. O sea, no puedo tener el estómago vacío. Me pongo de mala leche. Y sí que es verdad, que bueno intento hacer unas rutinas de lunes a viernes al mediodía porque ya por la noche es fin de semana, y luego hombre, llevar una alimentación entre semana digamos pues un poquito más cuidada y luego el fin de semana pues me dejo un poco, me dejo llevar más. (M).

LA SALUD. Bajo esta categoría de salud, nos referimos a **la salud física**, ante todo, haciendo hincapié en **la calidad nutricional equilibrada**. Esto conlleva la contención de alimentos que tengan un exceso de ingredientes generadores (o percibidos como generadores) de enfermedades cuando son consumidos en exceso. **Pero alguna persona apunta también la salud emocional y mental** que se puede esperar de una buena alimentación.

*E2. La alimentación tiene mucha **influencia en el bienestar emocional** y sí que considero que está vinculado, en parte. Igual que puedo decirte que estoy concienciada con que el deporte también es sano, pero como persona y como psicóloga, y porque es así y está relacionado con nuestra salud emocional y mental. Y **la alimentación también. Influye el tipo de alimentación que tú tienes con tus comportamientos, y la psicología tiene que ver con el comportamiento y la conducta humana.***

Pocas son las personas de las 60 entrevistadas que no toman un mínimo en cuenta el aspecto saludable desde el punto de vista físico, aunque no es nunca el único perseguido en cada momento y no es siempre el principal. En muchos casos se intenta hacer lo que se puede, poco a poco, entendiendo que la alimentación es un proceso afectado por múltiples factores situacionales.

Los pocos participantes que reniegan del criterio de salud lo hacen demostrando que no ignoran el carácter deseable y socialmente válido de este criterio, al mismo tiempo que se auto-estigmatizan y se presentan como algo marginal.

*F6. **Yo es que soy un desastre, así que casi todo lo que compro es para meter en el microondas y listo.** Bueno, a veces también compro salmón, gambitas...por intentar comer algo en condiciones, pero nada elaborado. **No como nada de fruta...y eso está fatal, lo sé...** Como mucho chocolate, salchichas al microondas... Y eso. El criterio es: cosas rápidas. Sí, además, no hago deporte ni nada... ¡fatal! (...) Me gustaría ir a sitios y comer bien, y si tengo tiempo, maravilloso... Pero tanto como que me haga ilusión ir a comer a un sitio fenomenal, no. (H)*

EL BIENESTAR FÍSICO Y ESTÉTICO. Aquí, en la frontera de la cuestión de la salud se plantea la cuestión del peso y de los inconvenientes motores, articulares, y estético que conlleva. Evitar la toma de peso es un objetivo en sí.

E5. Además, nosotros, los dos, no es que hayamos tenido problemas de alimentación, pero sí que hemos estado gorditos de adolescentes y hemos mantenido una relación con la comida que igual no era la ideal y eso sí que es algo que nos importa. Por un lado, cuidar la salud, sin que tampoco se convierta en una obsesión, así intentamos guardar... Bueno, si van con los abuelos y se toman un helado no pasa nada, pero dar nosotros ejemplo. Dentro de casa, por lo menos, buscar este punto de equilibrio entre comida, salud, socialización... Yo en verdad, tengo también una parte estética, de no quiero engordar y tal... Pero bueno, hay una parte más significativa de salud que de estética, desde luego. En los otros tres [mi marido y mis hijos] nada; la estética no es algo que esté presente, pero en mi caso un poco más sí.

Eg. Yo tiendo a ganar peso, a estar gorda. Esto me condiciona, en positivo, porque sé que tengo que cuidar mi alimentación porque si no me desmadro enseguida (...) Yo sé qué es lo razonable... Por ejemplo, no compro un precocinado, jamás. Si tengo prisa, no me compro una pizza, prefiero hacerme una tortilla de setas o una ensalada.

LA SOCIABILIDAD. Como ya se ha aludido, la dimensión placentera y el disfrute de la comida puede arraigarse en el carácter agradable de compartir un momento, celebrar la amistad o el cariño familiar. Entre nuestros entrevistados, se ha podido apreciar la importancia de ese criterio de socialización tanto dentro como fuera del hogar.

FG1. En casa somos 3, mi marido, mi hija y yo. Y la comida es reunión y salud (M)

FG1. La comida es un punto de reunión familiar (H)

FG4. Para mí además de placer también es momento de reunión ¿no? familiar. Hacemos mucha vida en familia en mi casa, entonces es momento de sentarse, momento del día para socializar también. Y luego ahora que he cogido un par de kilos más de los que sería un poco también de salud, controlar un poco lo que como o no como (H)

E5. En casa desayunamos siempre juntos (...) Solemos merendar al llegar las niñas del cole, todos tomamos algo de fruta o tal... Y luego la cena intentamos también cenar con ellas, pero por los horarios de la bebé no siempre es posible. Pero siempre cenamos uno de los dos con la mayor.

FG6. Para [mi chico] la alimentación también es una forma de socializar, el salir a comer/cenar con alguien. (M.)

FG1. Y sobre todo, [la comida es] un placer, también un encuentro con mis amigos (H)

POLÍTICA/ÉTICA/IDENTIDAD. Más allá del entorno inmediato de la mesa en el momento del consumo, **el proceso alimentario socializa de forma más indirecta y abstracta, conectando al consumidor/ciudadano con un ecosistema más amplio de actores implicados** (productores de

varios tipos y geografías, distribuidores de toda índole, autoridades locales, co-ciudadanos o seres vivos no humanos de tierras y tiempos más o menos lejanos, pero implicados...). Cada cual puede querer desarrollar su conciencia de ese entorno y contemplar el objetivo de impactar. Definirse y posicionarse en acuerdo con lo que uno/a es y opina y comprometerse como persona y ciudadano, de eso se trata genéricamente en esa categoría que integra todo lo que serán motivos que se podrán calificar de políticos, éticos, o identitario.

E2. Creo que el comprar así y en este caso en el pequeño comercio, además de hacer un reparto a nivel económico para todos en el que todo el mundo tenga trabajo, y todo el mundo pueda sobrevivir y sea más sostenible, al final... A mí me proporciona más calidad también. Está vinculado a la calidad y porque creo que tiene que haber un reparto más justo de la riqueza. También porque hacerlo con pequeño comercio, no tiene por qué, pero en general, muchas veces utilizan productos más de proximidad, en general.)

E9. Disciplinar [mi comportamiento con la alimentación] es también por razones ideológicas; yo formo parte de un grupo de consumo (...), pertenezco a este grupo desde hace muchísimos años, debo ser de las primeras. Empecé este proyecto por un tema político, eliminar intermediarios, otra forma de consumir, contacto directo con proveedores, etc. (E9)

E5. Sí, yo lo trabajo, vamos depende el año, de lo que doy, porque yo soy de Historia, pero hay años que doy Geografía te invita mucho. Lo trabajo; por ejemplo, yo no soy vegetariana, pero sí que trabajo mucho con ellos la incidencia que puede tener el convertirte en vegetariano, la incidencia que tienen tus hábitos de consumo. Hay una cosa que yo siempre les digo, que es eso de que "a mí la política no me importa" no es verdad, ni puede serlo, porque el consumir es el primer acto de política que cada uno hacemos. Y de ahí, que entiendan que consumiendo están activamente interviniendo en política. Por eso, que sean conscientes de ello y a partir de ahí, que decidan cómo quieren intervenir. Es algo que me gusta trabajar en clase con ellos.

Ese abanico de motivaciones da sentido a toda la serie de prácticas emprendidas por los miembros de un hogar a fin de satisfacer la función alimenticia. Merece la pena subrayar que **cada una de esas motivaciones fundamentales conlleva sus riesgos potenciales respectivos en cuanto al desperdicio**, como se podrá ver cuando se desarrolle más adelante este tema. Pero podemos anticipar que se ilustrará como:

- La consecución de un objetivo de funcionalidad pone en riesgo los alimentos que requieren preparación y transformación.
- Entre placer y funcionalidad aparece la conveniencia que también conlleva su riesgo de descontrol:

E3. Hemos tenido una época de que entre semana pedíamos bastante comida a domicilio (...) que al final pedíamos igual comida de más, se iba acumulando y un poco descontrol... porque al final acababa sobrando comida.

- La consecución de un objetivo placentero pone en riesgo los restos de comida anterior que aburren o ya no saben igual de bien.

FG8. Por ejemplo, de repente viene un amigo, pedimos comida, de hecho, ahora mismo hemos comido chino, tengo el arroz ahí que no va a servir y seguramente mañana lo tire porque no lo he comido hoy (M)

Ese último ejemplo vale también para **el contexto de sociabilidad como motivo primero:**

- La consecución de un objetivo de sociabilidad favorece el complejo de anfitrión y la inclinación a la abundancia, a la vez que pone la comida física en segundo plano en favor de su virtud simbólica.
- La consecución de un objetivo de salud favorece la compra prioritaria de materias primas cuyo procesamiento requiere una dedicación no siempre sostenible con el ritmo de vida
- La consecución de un objetivo de salud favorece el descarte precoz de productos perecederos (por miedo a la intoxicación).
- La consecución de un objetivo ético pone también en segundo plano la materialidad del alimento y su posible correspondencia con mis preferencias y competencias culinarias

*E7. He pasado por la fase de ir a un grupo de consumo de productos locales; pero el problema de esos grupos es la cantidad; que al comer yo sola verdura la cantidad que me vendían era muy grande. Entonces estuve probando un mes, pero **no era viable para mí porque, o compraba una sola verdura y estaba comiendo esa todo el mes, o compraba varias y las tenía que repartir, dar, o al final pues tirar.***

4.1.2. Una función alimentaria subordinada a objetivos finales de vida

Si analizamos cómo toman sentido y se justifican las expectativas con la alimentación, nos damos cuenta de que aparecen como objetivos instrumentales subordinados de otros objetivos finales, objetivos de vida que se enuncian como prioridades personales o profesionales.

UNA FUNCIÓN AL SERVICIO DE PRIORIDADES PERSONALES Y PROFESIONALES. Las motivaciones con la alimentación están en realidad enfocadas a motivaciones que toman sentido en última instancia con objetivos más generales al nivel profesional o personal para los cuales la alimentación es un parámetro entre otros: hacer frente de forma eficiente a la jornada de trabajo y sus desafíos, o a alguna actividad física deportiva, mantener el tipo y/o una buena forma física y mental, criar una familia y disfrutar de tiempo con ella, así como con amigos...

Como tal, el ámbito personal, social o profesional, implican prioridades por encima de la alimentación que en este sentido tiende a ser instrumentalizada y llevada a lo funcional en un sentido amplio para servir esas prioridades.

UNA FUNCIÓN SUBORDINADA A LAS LIMITACIONES DE RECURSOS. El corolario de esta relación de subordinación es que vienen a competir los recursos temporales, cognitivos, materiales dedicados por el hogar y sus miembros a problemáticas familiares, afectivas, profesionales, recreativas con los recursos disponibles para alimentar esta función de apoyo.

E5. Con otras condiciones materiales de vida, la película sería distinta. Para mí, que estoy de baja, que puedo ir a comprar, que puedo cocinar día a día, que puedo pensar o buscar una receta de qué hago con los calabacines, qué receta... Pues genial. Pero tú llegas a tu casa a las 8, compras como puedes, pues claro, acabas pidiendo comida a domicilio, generando muchos residuos, No estás viendo cómo preparar un no sé qué. Lo primero que falta es un estilo de vida donde haya más pausas, donde llegues a casa antes. Es una locura, los horarios españoles... Que la gente salga de trabajar a las 8 de la tarde, ¿cómo van a comprar?

Y así veremos que las prácticas de compra, de almacenaje y de cocina, así como sus continuos ajustes están enmarcados por la condición económica y habitacional, dónde y con quién uno/a decide vivir, sus prioridades en su vida social, afectiva o profesional. La alimentación se optimiza bajo restricciones y llega a ser la variable de ajuste, típicamente cuando varios entrevistados cuentan que acaban pidiendo de tanto en tanto comida rápida a domicilio.

4.1.3. Un sistema de decisiones que tiende a formar un sistema rutinario

La organización de las actividades de compra, de cocina, de las prácticas de almacenamiento antes y después de cocinar, se constituye de una serie interdependiente de decisiones que tienen como vocación cumplir con los objetivos de los diversos miembros del hogar. Por lo tanto, hay tantas formas organizativas de la función alimentaria como configuraciones resultantes de la combinación de los perfiles del hogar, los objetivos de vida y los objetivos alimentarios. El perfil de los hogares es a su vez multiparamétrico, e integra las características sociodemográficas y psicográficas de sus miembros, la forma de los vínculos funcionales y afectivos que tejen entre ellos, así como elementos más exteriores como el perfil habitacional y su entorno.

El parámetro de los objetivos propiamente alimentarios y extra-alimentarios ya se han presentado más arriba. Para apreciar el carácter singular, relativo a un hogar, del sistema organizativo, así como su carácter sistemático por la interdependencia que existe entre las decisiones y prácticas de consumo alimenticio a cada una de sus etapas, para un hogar particular. Primero, empezamos describiendo un caso de configuración sistemática de prácticas (entre los 15 profundizados en las entrevistas individuales). Posteriormente, ilustramos cómo se ajustan esas prácticas a los objetivos y cómo tienden a tomar la forma de un sistema solidario de rutinas (ver Tabla 6).

Tabla 6. Ejemplo de una configuración sistemática singular: El Hogar de E5.

<p>PERFIL MULTIPARAMÉTRICO</p>	<p>SISTEMA DE PRÁCTICA RUTINARIO PROCESADO EN RESPUESTA</p>
<ul style="list-style-type: none"> ● Pareja con dos niñas de 2 años y medio y 7 meses. ● Una personalidad más bien controladora al mando de la función alimentaria ● Cierta capacidad de almacenaje y congelación. ● Pocos recursos de tiempo por motivos de vida profesional doblegada de una carga de familia importante (dos hijo/as de edad baja) ● Recursos económicos medios, que permiten ciertas exigencias y antojo, pero, requiere optimización ● Nivel medio alto de consideración por el criterio de salud y de valoración de las comidas ● Preocupación por reunir la familia. ● Oportunidades de mercados de proximidad 	<ul style="list-style-type: none"> ● Con la planificación de la compra más rutinaria y menos perecederas en supermercados con una periodicidad semanal ● Quitarse de la compra de algunos frescos utilizando la capacidad de congelación (congelar pan y algunas carnes) para ganar tiempo a diario sobre adquisición. ● Reservar su esfuerzo de compra extra entre semana para algunos productos de mayor valor señalados como estratégicos para el objetivo de salud ("tengo la suerte de tener al lado el Mercado de Maravillas y fruterías de barrios para compra pescado y verduras...") ● Involucrar al otro adulto en fases operacionales claves de la logística del ciclo de abastecimiento ● Concentrar el cocinar (batch cooking) en algunas tardes o momentos del finde, optimizando recursos (ya que enciendo el horno para asar verduras, hago un bizcocho...), y así aprovechar cocinados lo casero, no procesados industrialmente, y usar la capacidad de almacenaje del combinado frigo-congelador para escalonar el consumo de lo cocinado a lo largo de la semana sin gasto excesivo de tiempo y disponibilidad para el tiempo familiar ● Utilizar esa flexibilidad permitida por la reserva de cocinados y la compra más puntual de frutas, verduras o pescados para ajustar en tiempo real los menús de la cena en complementariedad con los de la comida a la escuela del mayor. ● Tolerar la autoexclusión del marido (más comprometido con trabajo y menos con exigencias de calidad de comida para él mismo) de la necesidad de comidas caseras al mediodía para aligerar la necesidad de producción doméstica de táperes.

ORGANIZO SEGÚN MIS EXPECTATIVAS Y GENERO UN SISTEMA DE RUTINAS. Cuando E9, que vive sola en el Centro, quiso dar privilegio a los circuitos cortos por motivos éticos y ecológicos, integró un grupo de consumo, se conformó con el calendario inamovible que imponía esta

organización colectiva. Y fue maximizando todo lo que podía conseguir de este canal para cumplir sus necesidades, para recuperar el sacrificio de calendario en eficiencia en abastecimiento.

También lo ilustra otros hogares movidos de forma bastante unánime por motivos de placer gustativo, que rechaza el congelar los platos cocinados en casa por el deterioro de sabor que perciben en este proceso. Por no congelar, pasan a un régimen de compra en tiempo casi real aprovechando su cercanía habitacional de tiendas convenientes a sus expectativas.

*E4. Yo tengo **una costumbre** que a lo mejor no es muy buena, y **es que no me gustan las cosas congeladas**. Entonces [mi marido] siempre, incluso cuando estaba trabajando, ha **comprado del día para el día**. O sea, que no hacemos de estas compras que hace la gente que compran un día para toda la semana. Nosotros no, nosotros **vamos comprando lo que necesitamos en tiendas del barrio y ya está**. No vamos al supermercado.*

Así se construye un sistema, por la solidaridad funcional que se crea entre las fases del ciclo de alimentación: compro según lo que puedo y quiero almacenar; compro según lo que quiero cocinar; compro según lo que necesito, y puedo efectivamente consumir; cocino según lo que puedo almacenar; cocino/como según lo que puedo comprar; regulo el almacenaje según lo que quiero comer; regulo el almacenaje según lo que puedo “gastar” (sea en el sentido de comprar o desperdiciar).

4.1.4. Un equilibrio que resulta de un proceso hecho de aprendizajes y ajustes

Un proceso de revisión del sistema de rutina se inaugura a lo largo del tiempo con los cambios de modo de vida (tener hijos, hacerse mayor...) y la evolución de las expectativas alimentarias. Tal proceso suele ir a la par de cambio de representaciones por alguna toma de conciencia.

*F6. **Mi caballo de batalla es el dulce**, me cuesta la contención ahí. **Estoy empezando a descubrir que tiene mucho que ver lo emocional** con la forma de comer. Y estoy descubriendo que cuando dices **basta ya, no necesitas comer más, comer sin ton ni son... hay todo un aprendizaje. Hay una historia compleja con la alimentación**, sin dejar de disfrutar, pero en permanente negociación. (M)*

E6. La verdad es que damos bastante importancia [a la alimentación]; **a raíz de que yo me quedé embarazada del primer niño y para saber un poco qué tipo de alimentación podíamos darle para darle a él lo mejor.** Porque a nosotros siempre nos ha gustado comer bien, pero no mirábamos tanto a lo mejor, la calidad del alimento, ni beneficios para toda la vida. Porque lo que comes de adulto parece que te mantiene, solo miras si engordas o no... Desde que me quedé embarazada **acudimos a eventos de BioCultura y eventos, así que tenían que ver con la alimentación ecológica** y, un poco los alimentos como parte de la vida y no como comer por comer. A partir de ahí, pues le hemos dado mucha importancia.

Eg. **Formo parte de un grupo de consumo (...). Empecé este proyecto por un tema político, eliminar intermediarios, otra forma de consumir, contacto directo con proveedores, etc. Pero en realidad, como tiene una intención ecológica, además de política, me ha ido cambiando.** Por ejemplo, yo ahora no puedo comprar unos huevos en un supermercado, por lo que conlleva. Aunque la intención primera no era comer saludable ni ecológico, pero poco a poco **ha ido calando este mensaje.**

E7. Si miro hace unos años, diría que **cada vez estamos más preocupados o interesados o concienciados,** por ejemplo, yo creo que **consumo más información de alimentación que hace 5 años.**

Se produce un proceso de ajuste de las opciones elegidas porque el intento de integración de una nueva exigencia, comer más sano o comer más ético, acaba generado efectos no anticipados y no deseables, en otros términos, disfuncionalidades que chocan con otras de las expectativas u otros criterios.

E9. Por ejemplo, las lentejas, que las compro a granel, cuando te descuidas pronto tienen bicho... cosa que no te pasa con las lentejas envasadas. Yo con esto soy muy maniática y es un aprendizaje: el envase siempre cristal. Porque el plástico lo descarto totalmente, nada de táper.

A veces lo que un intento de buena voluntad pone a prueba o revela son los límites de uno mismo en cuantos a lo que puede en término de tiempo, en término de capacidad/competencia, o sobre lo que acepta uno/a mismo/a o el hogar.

E8. **He pasado por la fase de ir a un grupo de consumo de productos locales;** pero el problema de esos grupos es la cantidad; que al comer yo sola verdura la cantidad que me vendían era muy grande. Entonces estuve probando un mes, pero **no era viable para mí porque, o compraba una sola verdura y estaba comiendo esa todo el mes, o compraba varias y las tenía que repartir, dar, o al final pues tirar.** Entonces ese tipo de consumo para mí no es viable. Intento no comprar congelados, aunque sí que es verdad que, por ejemplo, guisantes o un pisto congelado, sí que me sirven para la última semana de estas que os digo que ya no me queda...

Los cambios de malas inclinaciones de uno/a, típicamente en compras o consumo compulsivo, han de ser incrementales y mantenido, pero la formación de una rutina acaba permitiendo de corregir la desviación sin mayor coste psicoafectivo:

*Eg. Entonces todo esto **son cosas que se han ido integrando en mí y ahora no me cuesta**. Tampoco me compro un croissant relleno de chocolate... y no lo hago porque engorde, que sé que además engorda, sino que lo tengo interiorizado y no lo hago porque sé que "esto es caca". Que si no como alguna vez tampoco pasa nada, pero no lo compro. Y esto me va bien. **Ya lo tengo interiorizado**, ahora que estoy ya cerca de los 50, **pero no es algo que me brotara, sino que lo he ido adquiriendo, y ya no hago un esfuerzo**.*

4.1.5. El desperdicio como elemento regulador del sistema

Nos parece importante apuntar que, el acabar tirando, tiende a aparecer como una disfuncionalidad, una anormalidad del sistema, que no es deseable de forma endógena, a parte de las condenas morales que puede inspirar. Por lo tanto, las experiencias de desperdicio identificado como no deseable tienden a ser fundadoras de ajustes del sistema siempre que esta disfuncionalidad sea diagnosticada como teniendo un fundamento sistemático.

EL DESPERDICIO COMO VARIABLE DE AJUSTE DEL SISTEMA. El desperdicio es tanto más difícil de controlar, al nivel del hogar (y seguramente peor desde las políticas públicas), en cuanto que es la variable ajuste de una función alimentaria que ya está subordinada a otras prioridades de un estilo de vida exigente. Por ejemplo, así hablaba un entrevistado, a propósito de un resto de pollo que lleva dos días en el frigo, marcando que al salir su comportamiento del marco normal de lo habitual ("suele" o "no suele") y chocando con su criterio instantáneo de evaluación de lo saludable, el tirar era la opción sabia, circunstancialmente aceptable:

F8. En dos días para mí, para mi cabeza está malo yo lo tiro. Si lleva dos días, está mal, yo lo tiro y ya está. No pasa nada... como suelo hacer la cantidad para comer no suele sobrar (M).

El desperdicio, por muy aceptado que pueda llegar a ser, siempre conlleva su parte de fracaso. Y, por consiguiente, plantea de forma implícita un riesgo para los responsables de la función alimentaria del hogar: el riesgo de la reproducción de este fallo organizativo que es el tener que tirar. Un riesgo tanto más serio que podría llegar a ser tan sistemático como tiende a serlo la organización que lo generó.

EL DESPERDICIO COMO MARCADOR DE DISFUNCIONALIDAD Y DESEQUILIBRIO. Muchas veces las decisiones de cambios en la forma de comprar, almacenar, o cocinar se arraigan en un aprendizaje de una disfuncionalidad marcada por el mismo desperdicio.

Así, el mismo entrevistado que supo racionalizar el hecho de desechar una sobra de pollo que no se había comido en 2 días, no se contentó con ese mecanismo de defensa sin sacar alguna conclusión práctica, cuando se ve en riesgo de haber previsto demasiado pollo:

FG8. De hecho, por eso empecé a congelar el pollo, porque yo compraba pollo, no lo metía en el congelador... entonces tengo que meterlo en el congelador (H)

Cuando se instala una rutina en apariencia funcional y conveniente, también se acaba poniendo en tela de juicio por el descontrol que conlleva en términos de riesgo de desperdicio.

E3. Entre semana pedíamos bastante comida a domicilio. Lo que pasa es que ahora estamos intentando organizar, con el verano y demás, intentando organizar para pedir menos. Porque es verdad que al final pedíamos igual comida de más, se iba acumulando y un poco descontrol.

Por eso, a pesar de no haber previsto el tema del desperdicio en la fase introductoria de los guiones, haciendo hincapié en la relación con la alimentación y la organización logística del ciclo de alimentación, ese tema surgía espontáneamente antes de la fase de centraje, al ser señalado como un elemento regulador de sistema cuya lógica se invitaba a describir.

4.2. El Desperdicio Alimentario

En este apartado se exponen los resultados más relevantes sobre los procesos cognitivos y emocionales que inciden en las actitudes y en el comportamiento de los consumidores madrileños sobre el desperdicio de productos alimentarios. En aras de una mayor claridad y profundidad en la exposición, los hallazgos se presentan ordenados por una serie de cuestiones, inspiradas en la clásica fórmula de las 6 Ws: *what, who, when, where, why, and how*. Con este enfoque se intenta conseguir una imagen holística del desperdicio alimentario.

En concreto, las preguntas que utilizamos para retratar esa imagen son las siguientes:

- ¿qué piensan del desperdicio alimentario?
- ¿quién desperdicia alimentos?
- ¿por qué condenan el desperdicio alimentario?
- ¿dónde han aprendido sobre el desperdicio alimentario?
- ¿qué alimentos se desperdician?
- ¿cuándo y por qué se desperdician alimentos?
- ¿qué sienten al desperdiciar alimentos?
- ¿qué proponen ante el desperdicio alimentario?
- ¿qué sienten cuando no desperdician alimentos?

4.2.1. ¿Qué piensan del desperdicio alimentario?

ACTITUD NEGATIVA ANTE EL DESPERDICIO ALIMENTARIO. El tema del desperdicio alimentario es un problema que está en la mente de los consumidores cuando se habla de alimentos. El hecho de que sea mencionado espontáneamente en muchas de las entrevistas antes de que el entrevistado lo plantee evidencia que el fenómeno es real para los participantes de

nuestro estudio y que su existencia ha calado entre los ciudadanos de Madrid como problema social sobre el que se debe actuar.

De las narrativas de los informantes se desprende que hay una norma social muy fuertemente implantada sobre el desperdicio. Este posicionamiento condenatorio, presente en el resto del informe, lo expresan todos los participantes a lo largo de las entrevistas y de los focus groups. Para ello, se valen de expresiones similares a las siguientes:

*E5. Lo de tirar comida, **me parece una cosa tan fea.***

*E2. **No está bien y no debo hacerlo, porque no está bien.***

*E14. Muy pocas cosas tiro yo. **Todo lo que compro lo aprovecho.***

*FG2. Porque para mí, tirar comida **es un pecado.** (M)*

*FG5. Yo creo que tirar comida **es un sacrilegio.** (H)*

4.2.2. ¿Quién desperdicia alimentos?

EL DESPERDICIO ES COSA DE OTROS/AS. Ahora bien, una cosa es reconocer que existe el problema del desperdicio alimentario y condenarlo, y otra cosa muy distinta es asumir que contribuimos de forma activa a dicho problema. En este sentido, resulta muy interesante que los participantes nos afirmen, de forma muy rotunda, espontánea y enérgica, que nunca (o casi nunca), tiran comida y que siempre (o casi siempre) aprovechan lo que ha podido sobrar de una comida para utilizarlo en otro momento. Las siguientes narrativas muestran estas experiencias:

*E6. **La verdad que no hemos tirado nunca mucha comida (...)** porque creo que está mal tirar, en cualquier caso.*

*E8. **A mí me cuesta mucho tirar las cosas (...)** impera el mensaje de que aquí no se tira nada, que ha escuchado mi generación (...). Si algo ya lo has calentado y lo vuelves a dejar, da pereza...la tendencia es que me lo coma. Y si no, te sirves menos.*

*E11. **No me gusta tirar comida.** Yo creo que es porque es desperdiciar lo que he comprado, pues no haberlo comprado.*

*E13. Porque no es muy normal, **no es muy normal que tiremos nosotros.***

FG2. Tal vez, alguna vez, cuando ya no hay más remedio y hay que tirar algo, que se nos va de las manos...**pero rara vez** (M)

FG2. **Nunca sobra nada.** Si sobra algo a medio día, se come por la noche. Aunque sobre poca cosa, menos de una ración, se saca y alguien se lo come, o de aperitivo. La ley del pobre, reventar, antes de que sobre (H).

FG2. **Jamás se tira comida.** Lo que sobra se come por la noche o al día siguiente. Por ejemplo, he cocinado varias cosas: lentejas, espinacas, judías...y pienso en las lentejas para la comida, y la verdura por la noche. Les ofrezco para que elijan. Si no hay para todos, digo las raciones que quedan de cada cosa y cada uno que se apañe. (M)

FG3. **Guardarlo, no se tira comida, yo al menos lo guardo.** Yo también, se puede comer otro día (FG3, M). (...) Se puede comer un día de sobras. (H). (...) **Yo no tiro nada, se guarda.** O en un platito en el micro, si no se estropea, y para cuando tengas hambre (FG3, H). (...) Envuelto en papel de aluminio y se guarda (FG3, H). Yo guardo en recipientes de cristal y aguanta muy bien en la nevera. (H)

FG4. **No suelo tirar nada, pero sí que hay cosas que no me gustan al día siguiente, entonces se las dejo a mi pareja.** (M).

FG4. **Yo es que no suelo tirar nada, pero porque si abro la nevera y..., para dos personas no tengo la nevera hasta arriba, el congelador sí, pero la nevera no.** (M)

FG4. **Sí me acuerdo de una cosa, nunca tiro nada y a mí me molesta mucho.** (M)

FG5. **Nosotros no tiramos.** Bueno, si se estropea...al final pues sí, pero no solemos tirar nada... (H)

D10. Pues me **siento muy satisfecha y orgullosa de mí misma** al haber constatado que he tenido muy poco desperdicio, casi lo inevitable (...) y, lo poco que he desperdiciado, tenía clara justificación (piel tomate y grasa de carne de cerdo, por cuestiones de salud) (...) y con **la conciencia muy tranquila** al controlar los desperdicios y ver que, con el registro diario, no desperdicio apenas.

No obstante, sí que atribuyen el desperdicio alimentario a otras personas. Estas otras personas pueden ser o bien alguien indeterminado, incluso parte del imaginario colectivo, "la gente", o bien, aunque en menor medida, están encarnadas en algún conocido o alguna persona del entorno familiar.

E1. Veo a **gente en mi entorno** que lo hace porque igual compra, por ejemplo, muchas verduras porque dicen "venga voy a comer más sano esta semana" y al final se te **acaban poniendo malas y las acaban tirando.**

E4. Es que guardamos hasta el pan duro, porque si no hago gazpacho o salmorejo y si no, hago sopas de ajo. Yo no lo tiro (...) te lo digo porque **la gente** no le da importancia a tirar el pan.

E3. Hay **mucha gente** que ve una fruta un poco ya tocada con dos golpecitos y ya no la compra.

E6. Por ejemplo, **mis suegros, por poner un ejemplo objetivo; este verano les compraban a los niños todas las mañanas unos pasteles de crema y chocolate.** Mis hijos se comían los de crema, pero los

de chocolate no. Hasta el cuarto quinto día mi suegro no cayó en que los pastelitos de chocolate y mis hijos no eran compatibles. Cada día 2 o 3 € de pastelitos de chocolate, enteros, que no había tocado nadie y que no se podían comer porque estaban duros.

E8. En mi casa podías encontrar cosas en el armario que eran de hace 2 años y al final se acaban tirando. A mí eso me mataba, que mi madre, mis padres guardasen tanta comida y comprasen tanta comida, que luego íbamos a acabar tirando... a mí eso me destruía. Yo creo que puede venir de ahí, no lo sé. Yo voy más al día, justo todo lo contrario de lo que hacen ellos. Yo no acumulo nada; si me hubiese pillado un confinamiento que realmente hubiese habido desabastecimiento, yo hubiese sido perjudicada porque no tenía comida.

E11. Estamos en **una sociedad** del consumo rápido. Entonces quiero esto, si se ha caducado lo tiro, si ya está malo lo tiro. Entonces eso, consumo rápido y me da igual las consecuencias, y eso creo que es porque **la gente** no tiene conciencia y muchas veces o por falta de conocimiento, también por falta de interés o de tiempo: a lo mejor no tienen tiempo que dedicar a qué hacer con esa comida para que no se estropee.)

FG1. Hay gente que le importa tres pimientos, aunque no os lo creáis. No importa. Como a ellos les sobra, no tienen ningún problema económico. (M)

FG5. A mí me da mucha rabia, por ejemplo, en los hoteles, en los buffets, cómo **la gente se llena los platos y luego prueba un poquito y lo demás lo dejan** y hay que tirarlo. (M)

D10. Tirar la piel del calabacín, me ha dado un poco de rabia, porque realmente al cocinarlo, no sabe mal, y tampoco siento mal, yo creo que lo tiramos porque "lo verde" no le mola a mi husband...y eso a mí me da lástima.

CUESTIÓN IDENTITARIA. Para ellos, el desperdiciar y el no desperdiciar comida es un valor **que asumen como una forma de ser y estar en el mundo**. Así, más que ser algo que se hace, refleja quiénes somos y cómo nos comportamos en la sociedad. Desde este punto de vista, el desperdicio alimentario se entiende **como algo identitario: es una cuestión de ser o no ser desperdiciador/a**.

E2. Con el tema de tirar comida es que soy súper radical. Yo no tiro comida (...) esto no está bien y no debo hacerlo, porque no está bien.

FG1. Pero claro, me dio mucho cargo de conciencia, porque **nosotros no somos de tirar comida.** (H)

FG2. Y lo de tirar comida no entra en nuestro vocabulario (...) (M)

D4. Cuando me descubro tirando algún resto de alimento siento **cierta culpa moral**, como si de repente, de golpe, me vinieran todos los mandatos parentales que nos recuerdan qué debemos hacer o qué no respecto al DA, y claro, esto me coloca "fuera de juego".

El aspecto identitario se refuerza en las entrevistas al asociarlo a **otros aspectos de la vida de cada uno**. El no desperdiciar se debe a **alguna cualidad del sujeto o algún aspecto de su personalidad**

(ej. organizada, sacrificada, disciplinada, agradecida, comilona o *foody*) que lo convierte en no desperdiciador/a. Esto sucede porque para los informantes, la alimentación es otra parte más de la vida, un espacio donde desplegar tu identidad. Por ejemplo, si eres planificador, vas a planificar la comida y almacenarla bien y así evitar que se tire.

*E5. Bueno, **porque yo soy muy disciplinada en todo.** Una de mis características es que soy una persona muy disciplinada.*

*E6. **Yo creo que es fundamentalmente lo que ha hecho que busquemos un orden desde el principio.** Porque si acabo tirando cosas es que algo me falla. **Además, yo soy una persona muy muy cuadrículada y creo que todo tiene un orden ...**Y si estoy tirando algo, al final es porque algo no lo he realizado bien; tengo que ir hacia atrás viendo que puedo mejorar para no para no tirarlo.*

*E8. **Para conocer a una persona, abre la nevera.** Yo si pudiera haría eso. Ver la nevera de la gente. Vería el tipo de comida que tienen, si lo tienen guardado de una forma adecuada o no, o tapado o no tapado. **Yo es que además es que soy muy estructurada en todo.** Entonces, pues eso hace que me guste vivir con este control de la comida.*

*FG2. **Tengo un paladar muy agradecido.** Puedo estar tres días seguidos comiendo lo mismo, si sobra, sin problema. Aprovecho todo. Por ejemplo, si cocino pasta para más de un día, pues el segundo le das un toque con queso rallado, o con unas setas salteadas y ya está. Tirar jamás. (H)*

*FG2. Reciclo. No me sobra nada. **Soy organizada y hago para que no sobre.** (M) **Yo la verdad es que lo tengo muy controlado,** y procuro que no me sobre nada. Y si nos sobra nos lo comemos (M). Pero como le deje experimentar...no come nadie más que él. Y si sobra, yo me lo como a veces, y si no, para él, que es el camión de la basura (M)*

*FG5. **El orden es muy importante y sobre todo no tirar comida. No tiro nada.** (H)*

*FG5. Si voy con hambre a comprar...que nos pasa a todos, es impulsivo, pero claro luego ...no lo vas a tirar, **porque ahí también soy muy exigente,** no tiro nada porque le doy mucho valor a la comida. (H)*

*FG8. No me suele sobrar, pero, si alguna vez sobra, **me obligó a comerlo,** aunque no tenga ganas (M)*

*D10. Para controlar esa manera desmedida que tenía de comprar, ahora miro y observo más la nevera antes de ir al supermercado a **comprar.** Y sólo traigo alimentos perecederos, pero los justos. Cocino para cada dos días...**de manera más regulada.** Eso me hace **contenerme.** (M)*

Acorde con esta perspectiva sobre el desperdicio, **el que tira es un derrochador que vive desordenadamente, sin control o incluso caprichosamente.** Vida ordenada es sinónimo de alimentación ordenada, y viceversa. Uno de los ejemplos claros de esta ecuación lo vemos en una de las entrevistadas quien al referirse a su hermana a lo largo de la entrevista la tilda de “desastre” y la reconoce como “radicalmente distinta a ella”. En cambio, ella se posiciona como una persona

racional, ordenada, que planifica o incluso se adelanta a los imprevistos. La siguiente narrativa ahonda en esta idea:

*E2. Mira, una curiosidad. Cuando nos vamos de vacaciones: ella [su hermana] viene a mi casa a regarme las plantas cuando me voy de vacaciones y yo hago lo mismo en la suya. Cuando yo bajo a su casa a regarle sus plantas siempre **abro su nevera porque su nevera siempre tiene cosas que tirar, que ha dejado ahí almacenadas. Le abro la nevera para decir "A ver qué ha dejado". Lo tengo que tirar por salubridad. No puedes dejar la nevera con comida si te vas a ir 15 días, hay que tener un orden. Y mi hermana se va y deja la nevera tal cual, y me encuentro con todos los tomates pochos... Y luego viene y me dice ¿Has tirado tú los tomates que había? Pues claro, es que les salían ya patas...***

Y esta representación puede llegar a ser interiorizada: si llego a tirar es porque soy un poco desastre con la organización.

*E10. Yo tengo personas que dicen "Batch cooking del sábado, paso todo el sábado cocinando para organizar, porque tengo un Excel con todo lo que vamos a comer", y yo, no me da la vida para eso (...) **yo cuando tiro hay veces que es porque me organizo mal, pues eso, porque me organizo mal. Porque hay veces que compras... Yo siempre tengo ese objetivo que nunca cumplo, que me lo propongo todos los septiembrés, y luego todos los enero, que es el de hacer un calendario y comprar en función de una comida previamente planificada. Pero yo no lo consigo hacer y yo creo que es lo que habría que hacer.***

D3. Debería planificar y controlar más todo lo referente a la compra, cocina, almacenaje.

No obstante, esta relación entre la alimentación y el desperdicio, pasando por la organización, puede tildarse de ser bastante simplificadora, ya que también se observa que la capacidad de improvisación y la compra de día, que son el contrario de la hiper-planificación, pueden favorecer el aprovechamiento y el no desperdicio.

CUESTIÓN DE CONCIENCIA. Más allá de ese **atributo** personal del sujeto, los informantes consideran que no tirar es también el resultado de **haber desarrollado una "conciencia" o sensibilidad hacia el fenómeno**, que además aparece vinculado a otros asuntos sociales, como veremos más adelante.

*E2. Me pasa poco, pero, por ejemplo, mi pareja, que no vivimos juntos, él, por ejemplo, **no tiene esa conciencia, para nada.***

E3. Para ella [su hermana] está claro, **hace falta tener conciencia para no tirar alimentos**. Yo creo que es cuestión de concienciación. Yo veo que claro, mi hija se dedica a esto, pero mi hija que ahora ya está independiente, pues aprovecha todo y cocina.

E5. Si sobra comida, **en eso yo soy probablemente la más consciente**. Mi marido no lo es tanto. Yo sí que estoy muy pendiente siempre de qué hay en la nevera para irlo comiendo e intentamos tirar lo menos que podemos. **Es verdad que hay veces que tiramos comida, y a mí es algo que me llevan los demonios**, a mi marido le da igual. Así que intento evitar, hacemos cocina de aprovechamiento o yo voy comiendo lo que hay o lo que sea...

E7. **Un poco de mezcla de solidaridad no sé es que son muchas cosas**. Pues esa solidaridad, tiras algo y estás pensando todo lo que puede repercutir tanto personas como el mundo ... bueno digo mundo por decir algo genérico (E7).

E8. Yo creo que **ahora hay más conciencia en el envasado de los productos**, hay más conciencia en cuanto a comer productos que sean sanos, o que no lleven fertilizantes o cosas así. Y el tema del reciclaje también no, pero tanto como el desperdicio. (...) Como comemos separados, **sí que noto que él tiene menos conciencia que yo**, pero en la gente no sabría decir, la verdad.

D1. **Sé que no debo hacerlo**, pero hay veces que no me queda más remedio... no sé qué hacer ¿algún curso de cocina?

FUENTE DE CONFLICTO EN LA FAMILIA. A veces, el posicionamiento sobre el desperdicio alimentario no es compartido de la misma manera por todos los miembros de la familia, lo cual es lógico si se relaciona con aspectos de la personalidad y/o de haber desarrollado una sensibilidad hacia el tema. Los participantes señalan que en ocasiones el desperdicio llega incluso a convertirse **en fuente de conflicto interpersonal**. En los ejemplos de fragmentos siguientes, los informantes señalan que el desperdicio es un asunto sobre el que a menudo existen discrepancias:

E2. Por ejemplo, mi pareja [...], piensa: "Esta comida lleva dos días en la nevera y la tiro por si está mala". Pero ni me paro a pensar si me la puedo comer. **Ahí tenemos un choque grande**." (...) Sí, sí, él a veces está delante y le digo: ya te vale, cómo tienes esto así, por qué no te has comido esto. Hago comentarios...

E14. Porque luego si veo un amigo tirar algo, si que soy de darle un toque, y a ver si no se puede salvar

FG1. Yo no, a mí me da mucho respeto, yo sé que la gente se toma el yogur, **he discutido mucho con mi marido por ese, "lleva tres días"**, digo: "Si te pones malo y luego los tres días nos salen un poco caros". No puedo, es superior a mí. No me gusta. (M)

FG2. [¿Y con la fruta y verdura que os sobra o se ha estropeado?] Quito la parte que se está estropeando y procuro comerme lo bueno, no lo tiro entero. Pero mi marido, si ve algo picado, aunque sea pequeño, **sí que lo tira a la basura ¡¡no hombre, no lo tires que solo es un poco!!! Y a mí eso me sienta muy mal porque se puede aprovechar**. (M)

FG4. En casa de mi madre se tira muchísima comida y ahí es **donde yo tengo discusiones gordísimas... yo orgullosa e intento enseñárselo.** (M)

FG7. **Yo no tiro, tira mi madre por mí y me mosqueo con ella.** Porque igual tira una pera que está medio pocha y ella, para que no me haga daño, la tira. (H)

Con gran frecuencia, y para evitar un enfrentamiento o discusión familiar, **el alimento se acaba tirando; a veces, incluso a escondidas de la persona que es más reacia a tirarlo.**

D11. Me disgusta tirar sobras de comida, **pero por no verle la cara a mi suegra que no le gusta repetir, a veces acaban en el cubo de la basura, con mi consiguiente mosqueo. Dice que ni que fuéramos pobres para aprovechar tanto....** (M)

INTENCIÓN DE MEJORAR. A pesar de que todos niegan el que ellos/as desperdicien, a medida que se va profundizando en los hábitos de compra, de almacenaje y de cocina, los episodios de desperdicio aparecen en las conversaciones. Es más, al darse cuenta de sus contradicciones, es algo recurrente que los consumidores, para contrarrestar su narrativa, se adelanten a compartir con los investigadores las distintas acciones que ponen en marcha para corregir este hecho "aislado" e intentar que no vuelva a pasar.

E2. Que era poca cantidad, que no lo suelo hacer... Si fuera **una cosa recurrente, revisaría mis hábitos de compra y consumo.**

FG2. Sí, en casa sí que hemos **tenido que tirar fruta y verdura algunas veces.** Y cuando ocurre esto, lo que hacemos es **una especie de "briefing" familiar.** A ver ¿por qué se tiraron las fresquillas? ... ¿Por qué las compramos si luego no las comemos? **Y todos hicimos un ejercicio de reflexión porque tirar no está en nuestro vocabulario.** (H)

E6. **Intento ajustar las acciones a lo que ellos habitualmente comen.** Pero bueno, es verdad que es difícil, sobre todo **con el pequeño, que un día lo come todo y al día siguiente se pone a lanzarlo y hay que guardarlo.** Todo lo que sobra lo guardo; normalmente el pequeño como las raciones son un poco así, pues si al día siguiente a media mañana, si sobró un poco de carne de la cena, intento ofrecérselo; como no come de manera regular, que aún es pequeño, pues se lo ofrezco en cualquier momento del día. Y si lo acepta, pues pienso que es mejor que coma esa proteína a esa hora que no la coma. Y el resto de las sobras, si me sobra en la cacerola o en la sartén, siempre las guardamos y a lo mejor en la siguiente comida, pues la completo con otra cosa. Si sobran lentejas, no a lo mejor mañana, pero pasado, al mediodía, pues pongo en un cuenco con lentejas y lo que hago es que la ensalada la hago más grande y con más cosas y es al revés el plato que lo ha sido el primer día.

D10. **Voy a tratar de convencer a mi marido** de que la piel del calabacín se la dejemos al cocinarlo, probaré aludiendo al compromiso con el DA, y reforzando la comunicación de las propiedades que tiene consumir su piel.

*D2. **Compraré más frecuentemente** lo que se necesite, en vez de hacer una compra grande de productos perecederos.*



INSIGHT. Los participantes **NO SON CONSCIENTES** de lo que desperdician (y de cuánto desperdicia) y no quieren verse ni reconocerse como desperdiciadores.

Como hemos visto, la idea del desperdicio se aplica a otras personas, pero no a ellas; en su caso es algo esporádico y/o no relevante. A esta

inconsciencia puede estar contribuyendo el hecho de que el desperdicio alimentario **se perciba como algo identitario**, algo que una determinada persona, con unas cualidades y circunstancias concretas, realiza en su hogar. Así, cuando recuerdan o identifican momentos concretos en que sí desperdiciaron, y para volver recuperar su sentido de coherencia y restablecer su identidad construida de “no desperdiciador/a”, elaboran una narrativa sobre las medidas que han pensado tomar, o que deberían tomar, para corregir esos sucesos excepcionales de desperdicio, revisando sus costumbres y planificándose mejor para corregir esa mala práctica.

Digamos que el desperdicio es percibido como un mal moral, social y político que adoptan personalmente y no quieren reconocer que ellos contribuyen al problema. En este contexto, su aceptación produce **disonancia cognitiva**. Y como sabemos, hay dos formas de reducir la disonancia cognitiva: 1. cambiar mis creencias sobre el objeto de análisis; y 2. cambiar el objeto de análisis; ellos parece que se han decidido por la segunda opción.

Es importante destacar que esta aproximación al desperdicio desde la identidad puede **estar actuando como una importante barrera para reducir el desperdicio**: si solo los desperdiciadores desperdician y yo parto de la premisa de que yo no soy desperdiciador, entonces tengo que concluir, necesariamente, que yo no desperdicio.

IMPLICACIONES PARA LAS CAMPAÑAS. Este hallazgo plantea un importante **reto para las campañas ya que es** plausible pensar que las campañas en las que el consumidor infiere que van dirigidas a los que desperdician **no funcionarían muy bien, porque nadie se daría por aludido**. Es más, existen dos opciones:

OPCIÓN A: Un escenario posible podría ser que las campañas apuntaran la idea de que todos los consumidores desperdiciamos. El riesgo de esta alternativa es que el desperdicio se pueda convertir en una norma social, lo que puede llevar al consumidor a decir algo así “total, yo desperdicio, pero igual que todo el mundo”. Como consecuencia, el desperdicio será difícil de cambiar porque puede ser aceptado sin más como algo inevitable que hacemos todos. Como decía Hannah Arendt, donde muchos son responsables, nadie es responsable.

OPCIÓN B: Otra posibilidad es que las campañas no dijeran que todos desperdiciamos. En este escenario se corre el riesgo de que se piense que solo algunos desperdician y, en consecuencia, el sujeto no se abra a la posibilidad de identificar todos aquellos actos que se realizan en su hogar que conducen al desperdicio porque no es su problema (ya que él/ella se define como no desperdiciador/a).

Basándonos en esta disyuntiva, quizás un enfoque apropiado para las campañas sería hacer hincapié en que varios puntos: 1. el desperdicio es el resultado de un proceso vinculado tanto a actos individuales de consumo como a factores estructurales; 2. afirmar que todos realizamos actos de desperdicio alimentario y que, por lo tanto, todos somos corresponsables del problema; 3. que si bien no todos desperdiciamos en la misma cuantía, todos necesitamos reducir nuestro desperdicio, creando así un espacio de mejora para todos; y 4. que el no desperdiciar es, como otros hábitos que rodean al consumo, un proceso que se puede aprender y sobre el que se puede actuar.



4.2.3. ¿Por qué condenan el desperdicio alimentario?

Aunque todos los participantes condenan el desperdiciar alimentos, es importante destacar **que no todos lo condenan ni con la misma intensidad ni por las mismas razones**. Dicho de otro modo, **esa conciencia o sensibilidad no siempre se refiere a los mismos problemas o asuntos sociales**. Del análisis de las entrevistas, los *focus groups* y los diarios se observan dos grandes bloques de motivaciones **según sea su naturaleza más altruista o egoísta**, respectivamente. La Figura 3 muestra un resumen de las razones que alegan los informantes de nuestro estudio para condenar el desperdicio alimentario.

Figura 3. Razones para condenar el desperdicio alimentario



Razones más altruistas

- **Solidaridad hacia otras personas.** Empatía con los que se encuentran en situación de vulnerabilidad económica.
- **Respeto hacia los recursos naturales.** Sensibilidad con respecto al proceso de producción de los alimentos



Razones más egoístas

- **Malgasto de recursos propios.** Cuestión de no querer desperdiciar recursos económicos, de tiempo, de esfuerzo
 - **Falta de control sobre la propia vida.** Cuestión de no querer verse como una persona desordenada
-

Como veremos, estos dos tipos de motivaciones no son excluyentes entre sí y, a menudo, son traídas a colación por las mismas personas. Debemos concluir pues, que son modelos mentales muy salientes en la población madrileña que se superponen entre sí para intentar entender la realidad. Esta mezcla de motivaciones no es ninguna sorpresa en el campo del consumo

responsable, donde existen múltiples evidencias de que en el **comportamiento ético se solapan distintas motivaciones**; esto no impide que, dependiendo de la persona, algunas razones tengan más peso que otras o sean traídas con mayor intensidad en las conversaciones, incluso a veces dependiendo de la situación y del contexto en que aparezcan.

Razones más altruistas



Llama la atención que una de las razones que más se mencionan por los participantes para condenar el desperdicio **alimentario sea la situación de vulnerabilidad económica en la que se encuentran muchas personas**. En este sentido, tirar comida aparece en la mente de los informantes como un hecho que denota falta de respeto hacia estas personas. En otras palabras,

los informantes consideran que **no es moralmente correcto tirar comida porque hay gente que pasa necesidad**. Así, el no tirar comida o no ser despilfarrador es una cuestión de justicia social, de empatía y de solidaridad con los que no son tan afortunados como uno/a.

Como vemos en las siguientes narrativas, la procedencia de las personas que se encuentran en situación de vulnerabilidad económica es una cuestión poco relevante. Es más, resultan notables los casos en que algunos de los participantes explican haberse visto ellos/as mismos/as en esa situación difícil:

FG3. Cuando alguna vez andas mal de recursos, y te has visto incluso en un banco de alimentos, y entonces cuando tienes y tiras sientes mucha rabia. Las veces que me ha faltado...y ahora que tengo se me ha puesto malo por no mirar las fechas de caducidad... da rabia. Como con el arroz con leche del otro día...no miré que caducaba a los tres meses y lo tenía caducado hace tiempo. (M)

FG5. Por la economía. Porque es tiempo de necesidad y me acuerdo cuando yo lo he pasado mal y lo mal que sienta tirar comida (H) (...) Yo creo que tirar comida es un sacrilegio... cuando lo veo pienso..."no has pasado hambre de verdad". (M)

Si bien, en la mayoría de los casos, la idea de pobreza se presenta de manera muy abstracta, aunque no necesariamente lejana a sus experiencias del día a día. Así, con frecuencia se refieren a

situaciones tan cercanas como su barrio, otras a residentes en España o que viven en otros países, en este último caso, destacan las referencias al continente africano.

E1. Hay gente que pasa hambre o que no tiene acceso a alimentos y nosotros no podemos desperdiciar comida. Me parece muy básico.

E2. No debemos, no podemos y es un lujo totalmente injusto que no lleva a nada, salvo al deterioro ...

E3. Porque hay gente que tiene mucha necesidad y además en el centro que yo trabajaba, había niños pobres. Era la única comida que a lo mejor al día

E6. Pues yo creo que la concienciación con la necesidad.

E7. Otra persona se lo podría haber comido.

FG1. Y luego aparte si miras alrededor ante situaciones que sabes qué hay de necesidad, a mí también por eso me viene esa culpabilidad. (M)

FG2. Es que "el que tiene, no se acuerda del que no tiene" (M). Yo soy de los que cuando veo la operación kilo en la puerta del Mercadona, les pregunto ¿qué os falta? Y les compro dos o tres paquetes/palés de lo que piden: tomate, atún, lo que sea. (H)

FG3. Porque lo estás tirando y hay gente que pasa hambre, y al final no te los has comido y te tienes que gastar más dinero, volver a comprar... No lo he aprovechado y he tenido que tirarlo. (H)

FG3. Empatía, te pones en lugar de los que no tienen y entonces a partir de ahí empiezas a sentir (M)

FG4. Creo que al final muchas veces no somos conscientes de la suerte que tenemos de comer tres veces al día, sin pensar en que hay gente... (H)

FG4. Es simplemente que no me importa en el sentido de que yo no he pasado hambre ni nadie de mi familia, pero sí me da pena saber que hay gente que pasa hambre mientras yo estoy tirando comida. Mientras alguien pide, yo no desperdicio. Más cerca o más lejos... (M)

FG5. Yo creo que tirar comida es un sacrilegio... cuando lo veo pienso... "no has pasado hambre de verdad". (M)

FG5. Nosotros no tiramos. Bueno, si se estropea...al final pues sí, pero no solemos tirar nada...con la cantidad de gente que hay necesitada... (H)

FG6. Por amor, el que tienes a los productos, a la gente, por respeto a los demás. Por solidaridad con las personas que no tienen. (M)

FG8. En los telediarios a veces salen noticias de cuánto se tira. A mi madre y a mí no nos gusta tirar comida, porque hay gente en muchos lugares del mundo no tienen nada para comer (H)

FG8. (...) en África se están muriendo de hambre... (M)

FG8. Yo también, por las cosas que veía en la tele, de gente que pasaba hambre. (H)

*D7. Mi conciencia queda tranquila cuando preparo la comida justa y sin excesos. **En señal de respeto a los colectivos que viven pobremente** y a las personas que trabajan duramente para proveernos de todos estos alimentos.*

Aunque se muestran humildes al compartir esas preocupaciones, estas reflexiones también implican que los participantes se distancian de los que, por circunstancias de la vida, siguen teniendo acceso restringido a la alimentación y otros recursos. Por otra parte, es importante destacar que, tras esa primera reacción de culpabilidad y solidaridad con los más necesitados, cuando se les pide que elaboren esos pensamientos, **se dan cuenta de que su posicionamiento se debe más a una cuestión simbólica que funcional.** Para ellos, el no tirar puede que no ayude directamente a mejorar la situación de los más desfavorecidos, pero, en cualquier caso, lo que no quieren es verse a sí mismos contribuyendo a un fenómeno que reprochan moralmente. Bajo esta mentalidad, algunos incluso señalan que intentan concienciar a su entorno cercano, incluso predicando con el ejemplo, como forma de crear sensibilidad hacia la injusticia social que supone la pobreza.

*E6. Claro, si por eso que yo creo que hay mucho más que mirar, no solamente ... Vamos, es mi punto de vista, no solamente el porqué no tienen para comer, si no hay, hay mucho y a nivel día de otros países o de otras culturas, quizá hay un tema que abarca a políticos y agentes... **Que yo desde mi casa y desde no tirar los alimentos aquí, solo puede contribuir en fomentar no tirar y ese derrochar.** Pero que yo no puedo hacer nada desgraciadamente, salvo ayudar a través de una ONG o algo así. **Creo que el que yo tire dos plátanos no ayuda, pero que yo no los tire, desgraciadamente no va a hacer que niños en otros países que no tienen para comer, lo vayan a tener.** Ojalá dependiera de mí, porque entonces lo ejercería aún más.*

*FG1. Hay gente que pasa hambre o que no tenía acceso a alimentos y nosotros no podemos desperdiciar comida. **Me parece muy básico, y todo lo que yo pueda hacer para que, al menos las personas de mi entorno o con quien yo tenga influencia, pueda concienciar en ese sentido, lo tengo clarísimo.***
(M)

*FG8. Es decir, **puedes comprar lo que necesitas para cada día y teniendo esa oportunidad, además lo tiras.*** (H)

Para algunos, esa empatía hacia los que menos tienen les hace también conectar los alimentos **con los numerosos recursos que se necesitan para producirlos y adquirirlos.** Así, la lógica que nos encontramos a menudo es que detrás de todo alimento hay unos recursos y un largo proceso, lo que otorga a **dicho producto de un especial valor,** máxime cuando no todo el mundo puede permitirse tener esos alimentos. Aquí el tener un “pueblo” y/o una familia productora, y/o tener

una conexión humana bastante directa con el campo, la tierra y los productores, parece incrementar esa “conciencia” de la que hablábamos, así como el mencionar con mayor frecuencia la motivación de mirar por los recursos invertidos en la producción de los productos de alimentación.

*E4. Pienso que cada vez que tiras algo a la basura (...) **al final lo que estás haciendo es tirar desde el propio producto a cómo ha sido transportado, a la energía o si tiene que estar nevera gastando energía. Lo veo como algo global, no solamente digamos que es una manzana lo que tiras, sino todo el proceso.** Y si encima iba con plástico o cartón, pues ya es como más gasto aún.*

*E6. Antes la necesidad era exclusivamente mía, pero una persona adulta podía un día no comer, no comer entre comillas, me refiero a comer cualquier cosa, y no había problema. **Pero ahora tengo a los niños y tengo que alimentarles y para eso necesito más recursos.** Si cada persona, pienso, que cada persona tiramos nosotros mismos, cada día dos plátanos, 2 manzanas y 2 naranjas, ahora mi familia que somos cuatro y dentro de poco seremos cinco, necesitamos una producción solamente para tirar a diario que es abismal... **Porque el consumo tiene un límite y si queremos que haya mundo durante muchos años más, no podemos estar derrochando cada día los recursos.***

*E8. [La conciencia en cuanto al] proceso de producción implicado en los alimentos: va unida al grupo de consumo, cuando empiezas a preguntarte cosas que vas viendo de la propia gestión. El trabajo, la dificultad (...) Para mí es una razón social en el sentido de: sin esto no se vive, la comida es un valor esencial y yo lo tengo. Y con el agua me pasa igual. Reaprovecho el agua de fregar varias veces, y cuando riego, lo que sobra también. **Son recursos esenciales para la vida y desperdiciarlos no me parece ético.** Y luego valoro también todo el proceso que supone que esa comida esté en mi plato; criar al animal, el camión, etc. me parecería un desprecio tirarlo.*

E11. Más que el que haya perdido un euro o dos. Mi economía ahora, si pierdo un euro, no se siente resentida. A lo mejor en otro momento no lo sé, para mí estos momentos desde luego que es esto.

*E13. Pues si que **cuando el producto viene de nuestro frutero del Mercado Antón Martín, o con más razón, cuando los hemos traído del pueblo, es cierto que te impacta más lo que supone como trabajo y esfuerzo (...)** Es cierto que, **si viene del supermercado, que muchas veces no lo compro ni a una persona, ya que pago en una caja automática, pues no le prestas ese valor, te cuesta menos sí, tal vez, tirarlo.***

*FG7. **Yo creo que esa empatía con el que necesita nos hace ser conscientes de la importancia de aprovechar.** Tal vez valoramos más esos recursos, el esfuerzo, el dinero...(M)*

A menudo, este discurso conecta con una **cierta sensibilidad hacia el medioambiente**. Pero, nuevamente, los argumentos que se exponen para explicar las conexiones entre el desperdicio con otros fenómenos, en este caso, la protección ambiental, suelen formularse de manera bastante superficial o abstracta (ej. huella de carbono, contaminación, los suelos ...).

E6. Y hay mucha gente que no tiene recursos, en España, en el mundo... y que al final eso si acabamos comiéndonos todo, no va a quedar nada, **estamos acabando con los suelos, acabamos con la fertilización de todo y acabamos con el planeta.**

E6. En segundo lugar, **también relacionado con la organización porque si todos hacen lo mismo hay una gran acumulación de residuos.**

FG8. Porque me daba mucha rabia tirar comida, **es antiecológico y además va todo hacia el desagüe.** Tal vez coste de recursos (económicos, personales y ambientales). (M)

FG8. **Medio ambiente, porque al final todo deja una huella de carbono.** Compras, esa comida viene de lejos, todo el procesamiento, luego una bolsa que llega a tu nevera, tiras y esa bolsa vuelve al medio ambiente... (H).

FG8. **Injusto también puede estar cerca del medio ambiente, la injusticia de cargarnos el planeta (M).**

FG8. Ahora mismo es en lo que más pienso cuando tiro un alimento, antes era más por una cuestión de la gente que lo pasa mal. Pero **ahora el esfuerzo, energía que se ha gastado para producir ese alimento me da mucha rabia.** Las máquinas cosechadoras (M).

FG5. Por ejemplo, **por la industria cárnica, que es la que más contamina en el mundo...** y si yo compro tres filetes y los terminé tirando, estoy contribuyendo más a esa contaminación. (M)

En este contexto, la preocupación viene no solo por el alimento que se desperdicia sino también por el impacto que tiene el tirar el envase, especialmente si éste está hecho de material plástico.

FG8. **Lo primero que pienso es en los plásticos, las redes en los que vienen envueltos los alimentos.** (M)

D1. Mi diálogo interno cuando tengo que tirar ..." Bueno, **al fin y al cabo, reciclo para compost en el cubo de orgánico".** (H)

D6. Me da rabia tirar las típicas **ensaladas que vienen envasadas** en bolsa de plástico. Desastre doble...tiras el producto, y encima contaminas con el plástico...

En ocasiones, estas razones se presentan además envueltas de cierto **aire egocéntrico y**, en la mayoría de los casos, los argumentos tienen carácter **antropocentrista**. Un ejemplo lo encontramos en la siguiente narrativa, donde una de las entrevistadas, a modo casi de confesión, señala que, para ella, la protección del medioambiente no tiene un valor propio en sí mismo, sino que es algo por lo que hay que preocuparse si queremos seguir disfrutando de nuestras vidas y nuestros intereses personales. El medioambiente adquiere así un valor funcional e instrumental, que es lo que hay que proteger:

E5. No sé, a mí, está mal que lo diga, pero es así. **A mí la naturaleza siempre me ha dado igual...No me interesa, no me importa, no me gusta, yo soy una persona que nunca me hayan preocupado ni**

los animales ni las plantas... no, no. Yo vibro con una iglesia, pero me llevas a la montaña y es que lo que solo quiero es bajar a tomar un de pincho tortilla. Pero incluso en alguien como yo, creo que ahora mismo es absolutamente imprescindible entender que está todo miedo y además estamos muy al límite. Entonces si yo quiero seguir disfrutando de las iglesias, tiene que haber un mundo en el que disfrutar y, en fin, creo que está absolutamente unido ahora mismo. No sé si lo ha estado siempre, pero ahora mismo.

En la misma línea que la pobreza o de que la protección del medioambiente, la idea de conectar la **problemática del desperdicio con otras cuestiones más macroeconómicas**, por ejemplo, con **los esfuerzos de los trabajadores** o con cómo el dejar de tirar impactaría **en un reparto más equitativo, a nivel mundial, de los distintos recursos** involucrados en la producción, distribución y consumo de los alimentos está prácticamente ausente de las narrativas de los entrevistados. Es más, cuando se les pregunta directamente por estas cuestiones, no saben qué contestar, responden otra vez en clave de solidaridad o, simplemente, niegan dicha conexión. Estas reacciones se deben, según argumentan, a la complejidad de entender cuáles son las lógicas y funcionamiento del mercado:

FG3. Porque pienso en los agricultores que lo han producido/cosechado. Es empatía, pero de otra forma, por el esfuerzo de otros. El tiempo, el trabajo.... (H)

*E6. No, no lo tengo menos presente. Me parece que es igual de importante – **Lo que pasa que eso para mí abre otro debate: el porqué hay gente que no tiene.** Si es que no tienen porque no tienen, si es que la sociedad los hace no tener, ...no sé me parece un debate que es mucho más complejo. A veces hay gente que no come ...*

FG3. Y el pensar en lo que se ha gastado, que el agricultor, el animal, todos los que han dado de sí para poder estar en el plato (M).

FG3. A lo mejor no lo pienso tanto, pero tienes toda la razón, porque, además, esto, yo vengo de raíces asturianas, y en Asturias pues eso lo de la agricultura y la ganadería. Ahora ya no, ahora es el turismo, pero antes era cuando yo era pequeña, era de lo que vivían y era un esfuerzo. Pero ¿ves? Es que eso no lo pienso tanto, pensaba mis niños, los niños que puedan pasar hambre. Yo era maestra, en un centro con riesgo social porque era gran parte inmigrante, un 95% y con un nivel muy bajo muy bajo. Gente casi toda becada. (M)

FG8. El trabajador (bueno, ahí esa persona ha tenido su remuneración o beneficios) pero toda la energía de los camiones, barcos, transporte hasta mi casa... toda esa energía. (M).

Razones más egoístas



Si la pobreza aparece como una de las motivaciones principales para condenar el desperdicio, **otra razón mencionada con cierta frecuencia por los informantes es su propia condición económica**. Desde este punto de vista, comprar alimentos implica un gasto para el hogar y el hecho de que acaben en la basura significa estar derrochando tu propio dinero. Esta conexión es obvia para los informantes, pero consideran importante recalcar para que no pase desapercibido entre los distintos argumentos.

*E2. Cuando lo saco del táper donde lo tengo veo que está mohoso y no lo puedo comer. No me gusta porque no se debe hacer y **porque además es tirar el dinero**.*

*E4. **Me ha costado un dinero y lo estoy tirando**. Yo creo que no porque generalmente, **la gente cuando tira la comida piensa más en el dinero únicamente**, cuánto me ha costado en el supermercado y he tirado pues 5 €... pero creo que no se paran a pensar en todo lo que hay detrás, más allá del dinero.*

*E6. **Aparte de que eso encarece mi lista de la compra, porque cada día estoy tirando mucho dinero a la basura**, entonces yo creo que ha favorecido, pues pensar un poco en la situación de no tirar, de no derrochar cosas, y también en nuestra propia economía; el ser más consciente de lo que cuestan las cosas, no más consciente porque uno siempre es consciente de lo que paga, pero que con un sueldo tener que vivir 5 persona o vivir solo una persona, pues te das cuenta más de lo que de lo que necesitas.*

*E11. No es que alguien se muera, **también estás tirando tú el dinero**. Está relacionado...*

*E12. Muchas veces compramos por impulso y hay que comprar serenamente, reflexionar, que los **artículos cuestan unas perras que hay que cuidar para el día de mañana**, que hay que guardar, que si no mañana no hay y eso es lo que yo pienso.*

*FG8. Yo creo que primero es el tema de tengo **que volver a cocinar, de recursos...** y luego lo de que otros no tienen (M)*

*D1. **Ahorraría** si lo hiciera, pero no sé, me sale tirar lo que sobra. Es una pérdida de un dinero que me vendría bien.*

En ocasiones, ese sentimiento de estar derrochando no se refiere solo al dinero, sino que hay algo más: **en el acto de tirar comida está implícito también malgastar otro tipo de recursos, como, por ejemplo, el tiempo, el esfuerzo propio y el cuidado puesto en el proceso de comprar, almacenar y cocinar**. Y es que, como decíamos al principio, las múltiples razones para no

desperdiciar suelen traerse a colación en distintos momentos de las entrevista o discusión e incluso es usual que aparezcan de forma conjunta y superpuestas en la misma reflexión.

*E7. Y luego también lo que ha **conllevado eso de trabajo, de gasto energético, gasto de yo qué sé, todo un poco mezcla.***

*FG7. **El tema recursos, si solo se basara en el tema económico, entraría en bucle...porque mi abuela y mi madre sí que estaban en una situación peor en la que necesitaban aprovechar todo...pero ahora no tanto (H).***

*FG5. Yo creo que pena y malgasto, **porque al final si tiras algo te da pena, y a parte te sientes idiota porque dices ¿para qué lo he comprado? ¿Sabes? Si al final lo he tirado, me he gastado dinero, he perdido mi tiempo en ir, en comprarlo y todo, lo he tenido un montón de tiempo ocupando espacio, y luego encima lo he acabado tirando.** (M).*

*FG8. **Desperdicio de recursos.** Quiero decir que, en mi caso, yo hago una olla entera para comer y cenar. Y de repente me voy a un restaurante... Entonces, eso que tenía hecho no lo aprovecho, para mí es un **desperdicio de los recursos que yo tengo (...)** Te puede venir primero la conciencia social y luego pensar en los recursos o al revés. (H)*

Junto a los recursos propios, **nos encontramos también con el no querer verse a uno mismo como una persona desorganizada.** Esto está relacionado con lo que decíamos al principio de entender el desperdicio como algo identitario, una conducta que es atribuida a un tipo de persona o un tipo de vida desordenada. En este sentido, la motivación para no desperdiciar parece estar asociada a la necesidad de sentir que uno tiene su vida bajo control; en cambio, el desperdicio les recuerda que la vida es complicada, que todos vivimos bajo un cierto caos y que uno no puede estar atento a todo.

E2. Cuando no lo consigo igual es por una falta de planificación mía, o porque se dan una serie de variables, por ejemplo, algo que pensaba utilizarlo al día siguiente. Pasan dos o tres días y no lo he utilizado.

*E7. Como cuando se te muere una planta... qué rabia; luego también eso, el dinero... es más la impotencia de: si esto no lo hubiera comprado no hubiera acabado en la basura", **y si lo hubiéramos cocinado, pues lo mismo...** yo creo que es por el propio alimento en sí, porque, estoy pensando en la fruta (...).*

*E10. **Bien por pereza o bien porque he dicho iba a hacer,** me pasa muchas veces con las berenjenas, que no las ubico yo. Entonces llegan las berenjenas del pueblo, yo digo "sí, sí, espera que voy a hacer una receta riquísima". Hace nada tiré, porque no lo había hecho, y eso me da una pena horrorosa.*

*FG1. **Y por mi falta de previsión...** (M) (...) Si son, pues eso, a mí es que no me gusta tirar comida es algo que no, no sé, considero que hay mucha necesidad y **por un descuido mío** pues no me siento desde luego bien... (H). (...) Pues sí. Me mosqueé mucho conmigo misma, por eso. **Porque vaya fallo has tenido.** O sea, tenías que haber **estado más atenta...** (M)*

FG3. *Si lo he olvidado ha sido por falta de organización, porque he comprado demasiado sabiendo que se podía estropear o porque no me he organizado. (H)*

FG8. *Error. Creo que es un error que cometo, porque hago más comida. Además, es que sé que dentro de tres días no lo voy a comer. (M)*

D3. *Debería planificar y controlar más todo lo referente a la compra, cocina, almacenaje... (H)*

D10. *Tiré por el desagüe del fregadero, 3 pequeños restos de café que cuando sobra en la cafetera, guardo en tarros de cristal en la nevera, para, o tomar en algún otro momento del día, o hacer tiramisú, etc. Mi conciencia emocional, se quedó algo agitada ...por no haber conseguido frenar ese pequeño desperdicio de resto de café. Me quedé verdaderamente con mala conciencia y culpa y no por lo que valga en sí, sino por no haber encontrado la manera de que cuando pongo la cafetera, no me sobre tanto café, lo justo para el chupito de café de la tarde...pero no doy con la medida...me esforzaré en ello.*



INSIGHT. Las razones alegadas por los informantes para condenar el desperdicio alimentario son muy superficiales y poco elaboradas, sobre todo en lo que se refiere a la conexión entre el desperdicio y otros problemas sociales.

Aunque el argumento de pobreza y solidaridad social con los más necesitados aparece en las entrevistas como uno de los argumentos más notorios para no desperdiciar, los participantes de nuestro estudio no son capaces de articular claramente la conexión entre el desperdicio alimentario y la vulnerabilidad económica en la que se encuentran muchas personas. En definitiva, sus narrativas denotan una falta de conocimiento sobre los impactos de sus decisiones de consumo de alimentos en general y, especialmente, sobre el desperdicio como problema sistémico.

Cuando piensan en los demás, dejar de desperdiciar aparece como un acto simbólico, reflejo de la deferencia que debe tenerse hacia los que no tienen, y no tanto porque sea una medida que vaya a repercutir en mejorar el funcionamiento de los mercados o el bienestar de otras personas. **Esto cambia cuando se trata de su propia economía, aquí vemos que la conexión es directa: desperdiciar es tirar el dinero y recursos que uno/a tiene.**

Ahora bien, aunque para los consumidores el dinero siempre ha sido un factor fundamental a la hora de comprar y de condenar el desperdicio, la situación económica podría estar acentuando, si

cabe, su importancia. La crisis económica no solo sigue latente, sino que se ha agravado con la actual situación del Covid 19, y una de las razones principales para no desperdiciar sigue siendo proteger el propio bolsillo y sus propios recursos.

En contraste con la relevancia que adquiere la cuestión económica ligada al desperdicio, observamos que los argumentos sobre el impacto que tiene el desperdicio en la protección ambiental y animal es algo que está prácticamente ausente en la mente del consumidor. Ciertamente que algunos intuyen esas conexiones, pero no son capaces de desarrollar los argumentos para explicarlas y mucho menos para que se convirtieran en motores de cambio que le impulsen a reducir su desperdicio. En ocasiones, cuando se plantean dichas relaciones, suelen responder acudiendo a una estrategia clásica de neutralización: atribuyendo la responsabilidad a otros actores. En este caso, suelen señalar que las acciones sobre el desperdicio deberían ser lideradas por las empresas y las Administraciones Públicas, educando, legislando y dando ejemplo.

IMPLICACIONES PARA LAS CAMPAÑAS. Este hallazgo es muy relevante para las decisiones relacionadas con el diseño de las campañas destinadas a reducir el desperdicio. Concretamente, nos hace pensar en la necesidad de diferenciar entre distintas campañas, de manera que se adapten los diferentes mensajes no solo a los objetivos sino también a los espacios utilizados para conseguirlos. Por ejemplo, no es lo mismo querer informar a los consumidores sobre la existencia del desperdicio que el querer educarles sobre su relación con otros asuntos sociales. En este sentido, el primer objetivo quizás podría cumplirse utilizando marquesinas publicitarias u otros espacios públicos que llamen la atención al consumidor utilizando mensajes sencillos que presenten datos sobre, por ejemplo, cuánto desperdicia cada persona en Madrid y el gasto económico que supone al año. En cambio, para lograr el segundo objetivo, al ser más complejo, creemos que sería recomendable utilizar un enfoque más elaborado y experiencial, basado en modelos complejos de procesamiento de la información, donde el consumidor pudiera involucrarse más activamente, reflexionando, investigando y actuando sobre el problema.

4.2.4. ¿Dónde han aprendido sobre el desperdicio alimentario?

Conocer las distintas dinámicas de los consumidores a la hora de forjar las actitudes negativas hacia el desperdicio alimentario resulta fundamental para poder contextualizar el desperdicio e inferir recomendaciones futuras. En concreto, durante el análisis han emergido dos fuentes de aprendizaje de los consumidores que conectan con dos momentos distintos en el desarrollo de la persona: **(1) la educación familiar** recibida en casa desde la infancia; y **(2) sus experiencias vitales** durante la etapa de adulto.

Educación familiar



A lo largo de las entrevistas y las dinámicas de grupo se hace evidente la relevancia que otorgan los informantes a la educación recibida en el seno de la familia. Llama la atención que prácticamente todos los participantes conectan de manera espontánea su **personal actitud condenatoria del desperdicio con las lecciones aprendidas y los ejemplos recibidos en su**

entorno familiar. De esta manera, consideran que de la familia no solo se aprende el principio categórico de no tirar, sino también las costumbres de aprovechamiento y/o de desperdicio. En general, reconocen que los padres han cumplido un papel esencial al inculcarles el respeto por la comida, la importancia de ser austeros, el aprovechar los recursos y ser agradecidos con lo que tienen. A veces, incluso, sus argumentos parecen tener cierto carácter nostálgico y de refrán identitario que los conectan a su familia:

*E1. Pues a mí es algo que intento no hacerlo porque me da mucha pena, **no sé si es porque lo he aprendido en casa o algo, pero no me gusta nada.***

*E2. En mi caso hace **referencia a recuerdos de la infancia***

*E4. **Bueno, en casa sí que hemos aprendido que no se tira nada,** y que lo que no te comas hoy, te lo comerás mañana... El hacer el stock de qué comidas tienes es más nuestro.*

*E5. **No lo sé, supongo que en mi casa, pero yo creo que como a toda mi generación, hemos crecido escuchando: "cómételo todo porque sino los niños de África pasan hambre..."** o, por ejemplo, yo tengo una amiga americana que le decían "los niños de China" ... Cada continente tiene ahí sus cosas.*

En mi casa siempre ha habido siempre una conciencia por no tirar la comida, así que tenemos bastante conciencia social y lo de tirar comida, me parece una cosa tan fea.

E6. Yo creo que el que los adultos cambiemos nuestros hábitos, **se puede conseguir, pero es mucho más difícil. Si uno no viene inculcado de algo ... es difícil.** El otro día mi hijo me preguntaba quién era Clara Campoamor y estuvimos mirando; mi hijo no entendía que las mujeres no tuvieran libertad, porque para él una niña es igual que él. **Yo creo que lo que uno mama, que lo que uno ve desde su infancia, lo que uno ve en su casa, al final es lo que va a poder tener.** Que ahora como adultos, una campaña nos diga, no consumas tanto porque se desperdicia, ... No sé... hemos visto en la tele imágenes de personas muriéndose por cruzar fronteras. Hemos visto y nos remueve poco la conciencia. Yo creo que es muy difícil llegar a tantas personas que vivimos en el mundo desde campañas así, **si no se hacen en el seno de las familias, y de los propios niños.**

E7. **En mi familia, pues siempre por pequeño que sea, pero tengo la imagen esa de los mini platitos.** Había bastantes cosas en la comida y aunque sea de "ha sobrado un poquito de cada cosa, pero si se puede guardar se guardan". **Sí, la he adoptado.** (E7)

E8. Yo creo que es algo cultural en mi generación. **Mi familia es de origen de clase media, media alta; mi padre es abogado, mi madre médico, pero a pesar de eso ha prevalecido eso, más allá de la clase social. Cultura de aprovechar todo:** por ejemplo, también con la ropa: si se rompe, se cose, no se tira. **Luego una cuestión también de educación:** si te lo han servido en plato se come, se come primero el filete y después las patatas (cuando era pequeña), unos **valores un poco austeros.** También identifico: lo de los demás y lo de uno mismo: por ejemplo, **en mi casa nunca se tomaba una coca cola,** salvo cuando venían invitados, que entonces se saca la coca cola y unas patatas... Y yo eso también lo he incorporado.

E11. **Es un poco lo que te enseñan, pero mis padres tienen muchísima más [conciencia] que nosotros.** Mi padre ve que eso se estropea y que hay que comer y mi hermana dice, que no me gusta y cosas de estas. **Mi padre se lo come.** Mi hermana no, si no le gusta. En casa de mis padres no se tira nada y nosotros a lo mejor sí. [Equipo investigador: ¿Y esa manera tuya desayunar cualquier cosa que haya en el frigo?] **Yo creo que sí, sí, porque en mi casa con mis padres, mis hermanos... todos desayunamos así.** Cualquier cosa: una croqueta, un boquerón frito, da igual, nos lo podemos desayunar tanto mis padres como mis hermanos y yo.

E12. Es una de las cosas que hemos ido perdiendo con el paso de los años. **Porque antes yo me acuerdo de que, antes mis padres pues bueno, el pan si estaba un poco duro había que comérselo.**

FG2. Porque para mí, tirar comida es un pecado. **Yo vengo de la educación de que "lo que hay en casa, se come" y lo que no se come un día se come el día siguiente, y lo que no, al otro. Si está podrido no se come, pero mientras se pueda comer, aunque sea poco, se mezcla con una cosa y con otra y se come.** Antonia: bueno, mis padres también han sido de clase acomodada y no se tiraba nada, eso no tiene nada que ver, es la educación (M).

FG2. **Estamos muy bien enseñados. La familia.** Porque el que no ha sido educado así de niño, luego le cuesta adquirirla. (H) (...) **En mi caso, mi familia nunca ha pasado hambre, pero sí me ha calado el mensaje. Entonces el mensaje nos llega de los padres, aunque por nuestra no experiencia de hambre, no es tan potente.** (H)

FG8. **Yo creo que primero es lo que hemos aprendido y visto en casa** (otros no tienen) y luego lo que aprendes y ves en medios (medioambiente, consumismo...) (H) (...)

FG8. No he visto nada, ni anuncios ni nada... **Cada uno apela a los mensajes que les decían sus padres** (M)

D1. **Mi madre me decía** que no se debía tirar, pero...yo no puedo evitar el desperdicio, y mira que hago propósito de enmienda.

Si los participantes de nuestro estudio identifican a la familia como el espacio más relevante para educarse sobre el desperdicio alimentario, también destacan de manera rotunda el papel **fundamental desempeñado por las figuras femeninas de la familia, en especial las madres y las abuelas**, encargadas de las labores del hogar, y que se perciben como agentes formativos incluso como *moral ejemplar* o ejemplo moral a seguir:

E6. **Yo creo que antes las madres en general, digo madres**, aunque haya también hombres que lo harían, se dedicaban más a la casa, **al hogar y un poco a optimizar el recurso del hogar para bien o para mal**. Habría mujeres más organizadas y mujeres que menos. (...)

E12. **Mi madre me enseñó que hay que quitar lo justo, lo justo, que hay que torcer mucho cuchillo, para quitar poco. ...Sufro cuando veo que las pelan ellas, porque ellas le quitan bastante más que yo.**

E14. Yo es que he tenido una educación, **mi madre me ha educado como para no tirar nada**, sabes. Muy pocas cosas tiro yo. Todo lo que compro lo aprovecho.

FG1. **O sea, mi madre era si sobra se hacen croquetas...** Siempre había un aprovechamiento de la comida. Entonces yo creo que está muy metido en mi ADN. (M)

FG1. [Pero que vosotros comáis todo ¿va a hacer que otros no pasen hambre?] Tal vez es un poco irracional sí, **tiene más fuerza el mensaje de los padres. Yo le decía a mi madre que les mandara la comida que no comía yo.** (M)

FG2. No sé cómo ponerlo, porque yo la sensación es porque me inculcaron eso, mis padres, **mi madre en concreto.** (M). (...) Pues eso. En mi casa éramos 5 hermanos...se aprovechaba todo. **Mi madre me lo inculcó.** (H)

FG7. Yo creo que todo parte de la educación, **de una madre que te da de comer y te dice que comas**, luego vas viendo las necesidades que hay y cuando creces te das cuenta de lo que eso cuesta. La empatía sería lo que te hace pensar en el coste (H)

FG8. Yo lo veía... **mi madre metía en una olla las sobras de todo y ya había para comer en otro momento.** No se solía tirar nada. (M) (...) **Yo por mi abuela.** Escribid lo que te decía tu abuela, o tu madre cuando te decía que te mataba...(H) (...) **Sí, mi madre sobre todo cuando no me comía las lentejas o garbanzos, o alguna cosa de esas. Porque no me las comía.** (H)

FG8. Yo pues eso ya cuando viví solo ya fue como coger un poco del **espíritu materno**, que lo hacía así, entonces al final compro esa última semana, esas últimas horas compro bastante carne, y sí la empaqueto en paquetitos y al congelador todo.

En ocasiones, la familia también desempeña un papel relevante en interpretar el desperdicio alimentario en clave religiosa, en la medida en que atribuye al acto de comer y de no desperdiciar un cierto carácter sagrado:

E3. Yo no lo soy, pero mi familia paterna sí que es muy religiosa y en mis tías yo siempre he vivido una enorme conciencia social, que a lo mejor a mí me parece que ellas lo hacen desde la caridad, que sería mejor hacerlo desde ...no sé qué, pero siempre ha existido esa conciencia social, se preocupa por el otro, por el mundo y de tu vida hacer un mensaje y hacer un modo de vida. Yo sí que al final la burbuja en la que yo vivo es esa, y aunque la gente más de mi edad sea con otro tipo de conciencia social (E3)

FG2. Porque para mí, tirar comida es un pecado. Yo vengo de la educación de que "lo que hay en casa, se come" y lo que no se come un día se come el día siguiente, y lo que no, al otro. Si está podrido no se come, pero mientras se pueda comer, aunque sea poco, se mezcla con una cosa y con otra y se come. (M)

FG5. Por educación. Por considerarlo sagrado (M)

D10. Cuando se me cae un cuscurro de pan al suelo y tengo intención de tirarlo, siempre recuerdo a mi abuela diciéndome...que eso era un pecado.

Otros, en cambio, asocian los mensajes de sus padres/madres a una idea más materialista: al hecho de haber sufrido escasez económica a lo largo de su vida. Hay que recordar que muchos de sus parientes vivieron la etapa de la postguerra: una época de muchas dificultades que para la mayoría de los entrevistados queda muy lejos, pero que de alguna manera continúa presente en el inconsciente colectivo familiar y se sigue transmitiendo de generación en generación:

E3. Antes me acuerdo de que en mi casa se caía el pan al suelo, lo besaban... porque era así como algo muy sagrado, como lo básico de la comida. Porque mucha gente comía pan y las migas y eso era su comida.

E8. Se han educado en postguerra y supongo que viene de ahí. (...) Le doy un valor [a la comida, y al no desperdiciar recursos vitales], no lo racionalizo, pero sí lo pienso. Incluso creo que lo debo a la cultura familiar de austeridad, que lo he interiorizado.

E12. Porque era un pecado, se decía, el tirar el pan, y era el pan ¿eh? Pero claro, se pasó mucha hambre después de la guerra.

E15. Sí que he aprendido a valorar la comida de otra manera. A restarle importancia porque en mi casa tenía mucha importancia y aquí he aprendido a pues si no quiero comer más, no voy a comer más, no es necesario. Pero por otra parte me siento mal porque en mi casa siempre se ha guardados las sobras, no se ha tirado nada, aunque fuera un táper de dos dedos y es verdad que no tiene mucho sentido guardar esa cantidad pequeña de comida. En mi casa, por ejemplo, mis tías... si tiene hambre van por las tardes y se comen las sobras... si han sobrado tres boquerones fritos se los come para que no se tiren. O incluso lo dejan en el frigo hasta que no aguanta más y lo tiran porque se ha puesto malo, pero no es que su conciencia les impide tirar comida porque en mi casa fue una casa donde

durante la guerra se pasó hambre y se valora mucho el tema de la comida y mi abuelo no tiraba nada y se lo inculcó a mi madre y a mis tías. Y eso a mí me llegó, pero ahora al vivir con mi pareja, ha disminuido mucho ese aspecto. ¿Sabes qué? Que, si no quiero más, y no hay una ración para uno o para dos no vamos a guardarlo en el frigo para tirarlo luego.

FG8. En casa ellos no tiraban porque no había. No es como nosotros, que lo tenemos ahí siempre o lo podemos comprar. Nuestros hábitos han cambiado y terminamos comprando cosas que no necesitamos. (M)

FG1. Porque pasaron hambre, por su experiencia. Pero nos han enseñado a comer porque hay personas que pasan hambre...inconscientemente nos están enseñando a valorar los recursos. (M)

*D10. Mi interpretación de cómo me relaciono con los alimentos creo es consecuencia de vivir en un entorno familiar cuyos padres eran los hij@s mayores de familias muy numerosas (19 y 12 hermanos respectivamente), hijos de la guerra, y por tanto la relación con los alimentos es de "por favor...que no me falte...por favor...que me llegue". Resultado de **vivir épocas de penuria económica con escasez de alimentos**. En concreto, quiero recordar de chiquita, que cuando venía mi padre y mi madre con la compra...en mi casa era una fiesta...todos alrededor de la mesa sacando las cosas que habían comprado, como si hubieran venido los reyes magos...por eso **mi relación con la comida/alimentos es de CELEBRAR...de estar juntos, de disfrutar...**y en esto, pues a veces, me vengo arriba y compro como si fuera a venir la guerra...**que no se respire miseria**. Por eso el registro diario me ha venido muy bien para analizar la causa de esta manera mía tan desmedida de comprar y cocinar, como si no hubiera un mañana y hacer comida para un batallón. ¡Ahora estoy en fase de autorregulación...me ha venido genial! Una catarsis total.*

No obstante, de los relatos de los entrevistados, también se pone de manifiesto que no todos los que vivieron la posguerra y pasaron penurias económicas se comportan de la misma manera. Algunos destacan que sus familiares parecen haber decidido **abandonar los estilos de vida austeros y abrazar una vida más hedónica**. Este comportamiento podría explicarse por el deseo de querer olvidar aquellos años de escasez viviendo ahora en abundancia (alimentaria). En estos casos, la postura condenatoria de nuestros informantes parece incorporar un tono rebelde hacia la dinámica familiar:

*E6. Es verdad que la generación más mayor, como antes comentaba, lo mismo ellos han pasado necesidades y ahora llenos de opulencia ya les hace ver que eso es lo bueno. (...) Posiblemente ellos en otro momento en el que a lo mejor tenían una necesidad mayor, varios hijos y que cuidarlos, a lo mejor eran menos derrochadores. Pero ahora también yo creo que a veces uno, en mi caso mis suegros viven bien, y dirán: **bueno ya compraré otros plátanos...no son tan conscientes de ese problema**. Pero sí o sí, sí que creo que generación tras generación hemos ido perdiendo el tener una figura en casa. Alguien se dedicará a ese control.*

FG4. En casa de mi madre se tira muchísima comida y ahí es donde yo tengo discusiones gordísimas...yo orgullosa e intento enseñárselo. (M)

E8. En mi casa podías encontrar cosas en el armario que eran de hace 2 años y al final se acaban tirando. A mí eso me mataba, que mi madre, mis padres guardasen tanta comida y comprasen tanta

comida, que luego íbamos a acabar tirando...a mí eso me destruía. Yo creo que puede venir de ahí, no lo sé. Yo voy más al día, justo todo lo contrario de lo que hacen ellos. Yo no acumulo nada; si me hubiese pillado un confinamiento que realmente hubiese habido desabastecimiento, yo hubiese sido perjudicada porque no tenía comida.

Este discurso de desperdicio de las anteriores generaciones está en línea con **la percepción que tienen algunos de que en la actualidad los consumidores están más concienciados y formados que generaciones anteriores respecto al problema del desperdicio:**

*E3. Claro, en algunos sectores, claro, si algunos jóvenes con más formación, pues están concienciados, pero los que tienen **menos formación yo creo que no.***

*E4. **Mi generación empezamos a estar un poquito más concienciados con no desperdiciar;** quizás no tanto por un motivo económico, como podía ser o eso ya se tenía: "hay que comerse todo porque cuesta un dinero" sino también por el impacto que tiene... Yo creo que poco a poco nos estamos educando todos para decir, un tomate que está un poco más feo también es un tomate y está rico, no querer siempre todo súper brillante bonito, igual...*

*E5. (Profesora de secundaria hablando de sus alumnos/as...) [mis alumnos] sí tienen una **conciencia ecológica y animalista enorme, enorme.***

*E7. Si miro hace unos años, diría que **cada vez estamos más preocupados o interesados o concienciados,** por ejemplo, yo creo que consumo más información de alimentación que hace 5 años, por mis amigas de las ONG.*

D5. Mis hijos, cuando me pillan tirando comida, a veces me lo afean y me dan la chapa...eso está bien, ¡señal de que algo está cambiando!

Independientemente de la situación personal por la que haya pasado cada familia, parece haber un acuerdo sobre el hecho de que esta **sensibilidad hacia el cuidado de la alimentación y el rechazo del desperdicio no depende tanto de la situación económica del sujeto sino de su historia de vida.** En este sentido, consideran que el tener más recursos económicos no se corresponde, al menos necesariamente, con perfiles más desperdiciadores o comportamientos más derrochadores, pero algunos sí piensan que una situación económica más cómoda los condiciona para vivir el desperdicio de manera diferente: si acaso más ligeramente o con menos carga de conciencia.

*E7. Yo estaba pensando, digo no es que tenga que ver con más capacidad adquisitiva y los ricos tiran más que alguien con un nivel bajo, no sé. Lo veo un poco de despreocupación, de no darle a lo mejor el valor a la comida que, ya sea por desconocimiento o por eso no darle, no ser consciente, **despreocupado no ser consciente de que estás tirando.***

E12. No exclusivamente tiene que ser que la gente más pudiente pueda despilfarrar más. No, no, yo pienso eso. Incluso la gente pudiente, pues tiene más conocimiento, más conocimientos de general, o más estudios o más conocimientos.

FG2. Quiero decir que la gente muy muy rica a lo mejor no mira tanto lo que tira. No creo que tiren más, a lo mejor el cargo de conciencia es otro (M). El cargo de conciencia es otro porque hay otras prioridades, porque no tienen el sentido de la supervivencia. La gente de clase media y clase baja lo tienen más presente porque es su vivencia. (M). (...) Lo que quiero decir es que la gente de clase media ni consciente ni inconscientemente se permite tirar comida. Y los que han nacido en la opulencia (no los que han ido acumulando riqueza), sino que han tenido siempre una economía holgada, creo que a la hora de tirar frutas no tendrán cargo de conciencia. (M)

D9. La gestión de mi mala conciencia o mi culpa por tirar alimentos es lo que me lleva a estar muy pendiente de lo que compro, lo que cocino, etc., tratando de autorregularme.

Experiencias personales



Junto a la educación familiar recibida, los informantes hacen referencia también a sus **propias experiencias vitales como fuente de aprendizaje respecto al desperdicio alimentario**. Entre estas experiencias, se comparten periodos de vulnerabilidad personal que los han acercado al tema de la pobreza, la desigualdad y la falta de recursos.

En la actualidad, puede ser que ya se encuentren en una situación más acaudalada, pero no han olvidado las dificultades por las que han pasado. Estas experiencias les hacen ser más sensibles a las circunstancias difíciles que pueden estar viviendo los demás, pero también les recuerda que nada es permanente y que hay que proteger los recursos que tienen actualmente porque nunca se sabe qué puede pasar en el futuro.

FG3. Cuando alguna vez andas mal de recursos, y te has visto incluso en un banco de alimentos, y entonces cuando tienes y tiras sientes mucha rabia. Las veces que me ha faltado...y ahora que tengo se me ha puesto malo por no mirar las fechas de caducidad... da rabia. Como con el arroz con leche del otro día...no miré que caducaba a los tres meses y lo tenía caducado hace tiempo. (M)

FG5. Por la economía. Porque es tiempo de necesidad y me acuerdo cuando lo he pasado mal y lo mal que sienta tirar comida (H) (...) Yo creo que tirar comida es un sacrilegio... cuando lo veo pienso... "no has pasado hambre de verdad". (M)

D7. Recuerdo que **cuando nos casamos, teníamos que apañarnos con muy pocos recursos económicos, y las comidas que hacíamos eran de supervivencia y muy austeras...** y actualmente, aun teniendo una buena posición económica, seguimos siendo austeros en la manera de comprar y cocinar... parece que nuestros inicios en convivencia dejaron huella... gracias a Dios, porque no nos gustaría tenernos por derrochadores y desperdiciadores. (M)

D8. **Cuando me trasladé a vivir a Madrid para comenzar mis estudios universitarios, compartí piso con varios compañeros que también venían de provincias y como la situación económica era bastante precaria, pues la cocina era muy muy de supervivencia, tipo gran perolo, y bajo la ley del pobre...** "reventar antes que sobre".

Otras veces, sus historias de vida incluyen haber presenciado de manera próxima la vulnerabilidad, aunque no lo hayan experimentado en sus propias carnes. En estos casos, atribuyen **a su trabajo, sus estudios, experiencias de voluntariado, sus amistades, o a su contacto con la comunidad** el hecho de haber desarrollado su sensibilidad con el tema.

E3. Claro, es que al final tú te mueves en tu burbuja. Yo no sé mi burbuja. **Yo me muevo en una burbuja de gente formada, desde luego, casi todos mis amigos tienen formación, casi todas tienen estudios universitarios. Y luego una conciencia social importante, que puede tener un sentido ideológico variado, pero sí una conciencia social.**

E5. Tampoco sabría decirte, pero no he despertado a ello "de repente", siempre en mi casa siempre lo ha habido. **Luego estudié Historia y Políticas, y una conciencia social en casa importante.**

E11. Yo creo que hay poca conciencia; es decir, que a lo mejor cada día se oye hablar, pero por lo general las noticias que salen ya no sé si en España o en el mundo es en la cantidad de comida que se desperdicia, de kilos por persona.

FG2. **Soy voluntaria y entrego comida** (los voluntarios ni cobramos ni nos podemos llevar nada), y veo familias españolas que están muy necesitadas, la mayoría son latinoamericanas, pero cada vez más españoles, y hay un chico que viste muy bien y que parece que nunca le ha faltado nada, que intenta pasar desapercibido... (M).

FG2. Sí, exacto porque yo que he vivido en muchos barrios, y ahora en Tetuán que me encanta porque tengo de todo, **pero también veo la pobreza que hay** (M).

Para algunos, estas experiencias personales también les hacen **empatizar con el medioambiente y los animales**, como queda reflejado en las siguientes narrativas:

E8. **Tengo esa sensibilidad hacia los animales, también la solidaridad...no porque te lo digan de pequeño sino la vivencia de sentirlo más cerca.** A mí conocer el proceso del alimento hasta que llega a tu plato, me parece importantísimo, es impactante, para jóvenes y niños, con todo, también con la ropa, cómo ha llegado a tu casa...Hacer ese recorrido me parece básico: cómo ha llegado ese filete a tu

plato, el animal que ha crecido, cómo se le ha alimentado, matarlo, troceado, transporte...nos tiene que hacer pensar y valorar. Me lo como...hay que sentirlo.

FG8. Por ejemplo, **lo del medio ambiente, cuando era pequeña no lo valoraba**. Yo valoraba lo que me decían en mi casa: no tires esto porque hay gente que pasa hambre. **Lo del medio ambiente lo he ido aprendiendo más adelante (...)** (M)

Más allá de la educación recibida en casa y de las experiencias vividas en la edad adulta, parece haber un consenso **sobre la necesidad de seguir educando al consumidor, especialmente a los más jóvenes, sobre el valor de los alimentos, la naturaleza y los animales.**

E3. Información hay de muchísimas cosas, pero sobre este tema yo creo que no. **Formación no hay, e información me parece que tampoco**. Aparte que esto también sería una cosa que debería de trabajarse, ya sabemos que en los colegios trabajas de todo, porque siempre que sale un tema hay que trabajarlo; pero es que esto, los niños deben de darle un valor a la alimentación, a los alimentos, que tengan un valor y yo creo que en los colegios pues es que es una cosa que sería muy bonita y los niños no lo conocen. Yo la verdad es que mi hija, cuando hizo los talleres, los niños se quedaban alucinados; no lo sabían. Saben que sí, que bueno, que hay niños que pasan hambre, pero cuando les pones muchas cosas delante pues claro les llama la atención y los conciencias.

E12. Que estamos haciendo las cosas muy mal. Porque insisto, partiendo de la escuela, el colegio, es muy importante, **es fundamental pienso en cualquier país, que haya unas normas y que se enseñen unos comportamientos básicos**. Yo creo que hay una serie de temas, sanitario, ahora de alimentación, de deporte, de medio ambiente, de naturaleza en sí...Y hay que **inculcarles a los niños que es necesario, que es muy bueno que respeten, no solo a las personas, y sobre todo a las personas mayores, sino también la naturaleza, los árboles, las plantas, o sea los animales**. Que hay que respetar y eso entra dentro también el tema de los alimentos claro, **pero nos tienen que haber enseñado, hay que mamar un poco el tema para una vez nos hemos formado y somos más adultos, nuestros hijos a su vez pues le vamos pasando las enseñanzas que nuestros padres nos han dado**. Y veo que eso es eslabón de la cadena se ha roto hace muchos años. **Creo que sería un tema muy importante que se diera en los colegios**. O sea, este tema del despilfarro, en general, de agua, de luz, no se aprecia el valor de las cosas. Por ejemplo, trabajando el huerto...importantísimo en estos tiempos, sobre todo, el compost. Y que las hierbas y lo que son hierbajos, pues están los animales que se los comen.

E6. Yo creo que **habría que meter más en el tema educacional en los propios hogares, incluso en la educación, en los niños, que sean conscientes de que no hay que tirar cosas**. En el colegio cuando los niños comen, hoy mi hijo me ha dicho que el primer plato no le gustaba y que no se lo ha comido. Yo creo que ahí habría que hacer algo, si mi hijo no se come la comida, tendré que llevar una tartera, que se lo pusieran ahí, y ya se lo comería en la cena. Habría que poner unos límites en los niños.

D5. Habría que **educar en la escuela e institutos más y mejor sobre estos aspectos**. (...) No estaría de más que en los **colegios** dedicaran tiempo de trabajo y estudio relacionado con los alimentos, como talleres de cocina y/o huertos urbanos, así, seguramente que aprenderían a valorar más y mejor la comida y se evitaría tanto desperdicio.



INSIGHT. La mayoría de los aprendizajes significativos para desarrollarnos en la vida tienen lugar en la familia. Es la **infancia**, concretamente, la etapa vital en la que estamos sometidos a la **influencia de mensajes parentales y/o educativos**, generalmente no verbales, que ejercerán una gran influencia en **las decisiones tomadas ya de adultos**, sobre distintos aspectos y ámbitos de la vida.

La familia y la escuela, por tanto, son **dos espacios de aprendizaje relevantes para adquirir los hábitos sobre el ciclo de vida de los alimentos**, incluyendo el desperdicio. Es más, como hemos visto, en la mayoría de los casos, la familia y, especialmente las mujeres, constituyen el modelo a imitar, tanto en lo que se refiere al posicionamiento (moral, político, ambiental o religioso) respecto al desperdicio como en las prácticas aprendidas para un correcto aprovechamiento de los alimentos.

En nuestro estudio, los argumentos alegados por los informantes para rechazar el desperdicio han sido adquiridos e interiorizados desde la infancia (casi sin filtro alguno) pero ninguno de los consumidores ha sido instruido o ha investigado sobre esos argumentos ni sobre los impactos negativos del problema. En las exploraciones realizadas con las personas que han participado en nuestra muestra, parece que la familia es inspiradora... para bien o para mal... y cuando aluden a sus figuras maternas (especialmente), resulta interesante constatar el factor predictivo de los mensajes parentales que se grabaron en su infancia más tierna. Sin duda, sobre este asunto, les falta un proceso de discernimiento en el que conecten con la **necesidad de vivir más de cerca "su experiencia" con el ciclo de alimentación, y de ser educados sobre los impactos de las praxis poco saludables e insostenibles.**

IMPLICACIONES PARA LAS CAMPAÑAS: De cara a las campañas de sensibilización frente al desperdicio alimentario, conviene tener en cuenta el **fuerte valor predictivo que tienen los mensajes parentales y educativos en la infancia** en relación con estos aspectos. ¿Por qué? Pues porque **si se pueden predecir comportamientos adultos en virtud de ciertos mensajes parentales relacionados con el desperdicio/aprovechamiento alimentario, se podrían establecer parámetros preventivos que catalizarán dichos comportamientos.** Así, partiendo de los mensajes parentales, sería interesante completarlos con argumentos más elaborados, de manera que las conexiones que se apuntan en el ámbito familiar (ej. desperdicio y pobreza, desperdicio y medioambiente; desperdicio y protección animal) puedan llegar a construirse y

desarrollarse de manera más realista y compleja con el objetivo de que sirva de verdadero motor para el cambio. En este sentido, entendemos que los espacios educativos (formales y no formales) resultan especialmente apropiados para lograr dicho propósito.

4.2.5. ¿Qué alimentos se desperdician?

Una vez analizadas las actitudes hacia el desperdicio y el origen de dichas actitudes, conviene detenerse en reflexionar **sobre qué es lo que identifican los participantes del estudio como los alimentos que acaban en la basura**. A lo largo de las entrevistas, focus groups y diarios, se pone de manifiesto que los alimentos que más se desperdician son, por este orden: (1) los productos frescos; (2) los lácteos; y (3) seguidos de algunos alimentos cocinados, como son el arroz y la pasta, y ciertos preparados, como son las salsas. Veamos en detalle cómo aparecen estos alimentos en los discursos.

Frescos: verduras y frutas



Dentro de los productos frescos destacan **las frutas y las verduras**, que son, según señalan, los productos que perecen más rápidamente. Llama la atención que muy raramente los informantes hablan de grandes cantidades; por lo general, el desperdicio aparece no sólo como algo esporádico o inusual, como hemos adelantado, sino como un gesto que se

limita a piezas sueltas o a porciones de piezas sueltas de fruta y verdura:

E1. Yo creo que una cosa que se tira mucho es la verdura. (...) Es más, por contacto con gente de mi entorno que me cuenta alegremente que compra 2 kg de fruta porque está de oferta y se le ha puesto mala la mitad y la ha tenido que tirar.

E3. Bueno, pues cuando se te queda un limón, o una cebolla y no te das cuenta.

E4. **Pero en casa lo que nos pasa más es la fruta y la verdura.** Si, con **la lechuga**, con la bolsa de lechuga también me pasa bastante. Me acuerdo de que la tengo ahí y digo: pues para cenar y ya está todo con agua que no se puede comer. (...)

E5. En mi casa yo diría **que verdura o fruta**, a veces se nos pone mala.

E6. Cuando yo voy a su casa [suegros] y abro un cajón siempre veo tres o cuatro piezas de **verdura o de fruta** que se pueden, no tirar, sino se podrían momificar porque ya llevan allí ni se sabe. Entonces no sé, me hago un poco esta imagen mental.

E7. Pues lo que te decía, **sobre todo verduras**, tanto fuera de la nevera como dentro.

E11. El otro **día tiré un limón**, se quedó en la puerta que ahí normalmente no dejamos productos perecederos; tal vez una mostaza o algo así, y había un limón y estaba el pobre verde en vez de amarillo.

E14. **Las zanahorias tiradas en cantidad**, y si tardas en usarlas se te quedan pequeñas en el frigo...

E15. **Lo que más frecuentemente se tira en nuestra casa suele ser verduras que se ponen malas.** Y si alguna vez hacemos comida de más y sobra, pues se tiran esas verduras. Intentamos hacer la comida justa para que no sobre y no nos suele sobrar mucho. En el caso de las verduras, es eso y falta de creatividad para hacer recetas...que al final...si no hacemos menús semanales... cuando hacemos sí que gastamos toda la verdura y muy bien. Pero si no hacemos, comemos algo rápido... aunque hayamos pensado otra cosa, comemos algo rápido y no lo gastamos.

FG1. Yo, fruta. **Fruta** que se me ha pasado. (H). Lo último, **dos zanahorias** que estaban en el fondo del cajón del frigorífico. Comemos bastante, pero las metimos en una bolsa de plástico y eso aceleró que se estropeará...(M)

FG3. **Alguna fruta, una zanahoria (...)** (M). **Las hortalizas** a veces en la nevera también se estropean. (H). **Una cebolla ...**A veces también **una zanahoria, una fruta, maíz...** (M). (...) a veces con **un tomate...que no lo habías visto y con la humedad se va estropeando...** Entonces lo voy mirando y haciendo limpieza. No tiro todo, sino que lo parto y tiro la parte que está estropeada...para intentar no tirar tanto. (H).

FG4. A mí me da mucha rabia con la **fruta** (M). **Fruta y verdura** (H); **La fruta y la verdura...** (H)

FG5. **Fruta lo que más, porque se estropea.** (M) Pero tirar...lo que más, esas bolsas de "4 estaciones" donde te viene cortadita la lechuga y demás porque suelo comprarlas a menudo para no intoxicarme el estómago con cosas más baratas pero peores... (M). **Alguna vez que se estropea alguna fruta, alguna ciruela...** me fastidia mucho. (H). **Normalmente fruta.** Por ejemplo, sandía, que la fuimos dejando porque no nos apeteció en su momento y al final se estropeó. (M). **La fruta, sobre todo.** (H). Lo último que recuerdo haber tirado, aunque no tiré todo, **fue un melón que compró mi marido**, y eso que le dije que ya no era temporada de melón. Cuando lo abrimos estaba ya muy pasado...una pena. Fuimos quitando trocitos estropeados...y casi no pudimos comer nada. (M). Yo lo último que tiré fue la semana pasada, **una naranja** de la bolsa de 5 kilos que compro... que estaba mala (M)

FG8. **Un aguacate, en concreto medio aguacate** (M). Unos **plátanos** que se pasaron (H), Yo también **plátanos** (M). Lo último, **perejil**, que lo tenía en una bolsa y olía fatal (M).

Lácteos



Junto a las verduras y las frutas frescas, los lácteos, especialmente los yogures, también suelen tirarse con gran frecuencia. Pero a diferencia de aquellas, y como veremos también posteriormente, los lácteos no muestran signos evidentes de deterioro y por esa razón son consumidos, por algunos, incluso después de la fecha de consumo preferente que marcan.

*E3. Sí, a veces sí. Antes tenía un frigo menos profundo, pero ahora son muy gordos y encima no llego a cogerlo, o que andar con un chisme, y entonces de repente, lo que has dicho, **un yogur o una margarina** ... Y entonces a lo mejor lo tengo que tirar.*

*FG3. **Con los yogures**, que siempre pasa, cuando no es una caducidad exagerada, los abres y te los comes (H). **Yo un queso, que se nos caducó** [Equipo investigador: ¿Cómo sabes que se caducó?] Por la fecha y por la pinta... me dijo mi madre... y yo también lo olí y olía raro. Era queso del de lonchas y tenía pinta rara. No tenía moho, pero se veía raro. Y no tenía mucho tiempo, y me dio pena, pero mi madre ante la duda lo tiró. (M). Hoy, por ejemplo, **he tirado el queso rallado**. Lo típico que lo dejas abierto en la nevera y cuándo te vas a echar ves que tiene moho. (...) **Yo yogures**, que se me caducaron por dos días y los tuve que tirar (H)*

*FG4. **A mí con la fruta y los yogures**. (M) (...) Yo creo que también **yogures**, entonces claro qué pasa, si a lo mejor te has comido dos yogures y te queda uno solo para que me ocupe menos lo pongo en el fondo y se queda en el fondo. (H)*

*FG5. Yo tengo tendencia a comprar muchos **yogures**, porque me encantan, y aunque los como pasados de fecha una semana o diez días, a veces se estropean... (H) **Y la leche** también, a veces, dejas abierto el tetrabrik, pasa mucho tiempo y la tienes que tirar. (M) **Con los yogures caducados**...se los comen mi marido y mi hijo. (M)*

Otros



ARROZ Y PASTA. Como señalamos, los consumidores declaran no tirar nunca o casi nunca productos cocinados o preparados por ellos, a excepción de arroz y pasta. Dos razones parecen inferirse del hecho de que se tiren estos productos: **(1) generalmente se calculan mal las cantidades y se acaba cocinando de más;**

y (2) es percibido como un producto base y comparado con otros alimentos, se le atribuye menos valor intrínseco:

*E4. La última vez fue **un plato de pasta**.Pero casi lo que más tiramos **es fruta** que se nos haya pasado o verduras que se quedan en el cajón de la nevera y cuando las vas a utilizar, ya están un poco mal.*

*E7. Sí [si es poca cantidad] a veces lo guardo en platitos o ... sí, pero aún así a veces lo hemos tirado, sobre todo con cosas de **esas de arroz blanco, pasta**, ese tipo.*

*FG1. **Yo comida cocinada no**, pero una cinta de lomo sí la tuve que tirar porque estaba caducada. De esto que la metes debajo, una otra y vas tirando, y tú piensas que tiene más fecha de caducidad, y cuando la ves dices "venga, pues vale" y ala. Eso sí me ha pasado. **Pero, comida ya hecha no**. (M)*

*FG4. Lo último que tiraron mis padres, creo, **un táper de arroz**. Lo había hecho el miércoles... (H)*

*FG8. **Yo lo que me sobra es pasta o arroz, la carne no...** es lo que hago para varios días. Hace días tiré un postre y pasta. (H)*

SALSAS. En último lugar se mencionan algunos preparados como los botes de salsas, debido a que se utilizan poco y los envases suelen ser demasiado grandes para el uso que se les da.

*E7. Una salsa que has comprado, o cosas así, que he usado **y al día siguiente que vas a la nevera tiene moho, o no se puede dejar tanto tiempo abierto**, eso también (duele), pero yo diría que sí, más general los frescos.*

*FG5. **Y alguna vez también un bote de tomate** que crees que has cerrado bien, pero cuando lo abres de nuevo ves que tiene una capita de moho. (M).*

*E7. **Y luego pues cosas tipo botes** que acaban en la última fila de la nevera y cuando lo rescatas pues ya están en mal estado.*

*D8 y D9 mencionan **salsas caducadas con moho**.*

PRODUCTOS ANIMALES. Es importante resaltar que el pescado y la carne se tira con menos frecuencia, no porque consideren que su impacto medioambiental es mayor o más perjudicial, ni tampoco porque se trate de un animal y los participantes sean sensibles al sufrimiento o maltrato que conlleva su crianza y sacrificio, sino porque, en general, les acompaña un proceso de decisión diferente: se consideran alimentos más caros, se compra en menor cantidad, se consume con mayor celeridad o/y se almacena con mayor precaución. Por ejemplo, muchos señalan congelarlo, incluso en porciones separadas, para ser utilizadas en recetas concretas y así evitar que sobre y que acabe desechándose:

E1. **Igual que el pescado** [hablando de la carne]. Por ejemplo, el pescado lo compro el día que lo voy a consumir, porque creo que es un producto muy sano, **y no es barato**, y tirarlo me parece un pecado...incluso mucho más que el pan. (E1)

E2. Sí, claro, si tiro **carne o pescado me duele más** que si tiro un tomate. Es por el valor económico también. No es lo mismo una dorada que un puerro. La carne igual.

E3. [Mi madre] por lo general como suele **comprar todas las semanas carne**, lo que hace es comprar, se hace más **o menos mentalmente un menú de lo que vamos a comer, hace la compra y la congela**. Y el día anterior pues lo saca para ir descongelando.

E5. No, **pecados y carnes normalmente no**, porque si veo que no lo voy a cocinar, **pues a lo mejor lo congelo**.

E7. **Del congelador diría que casi nada**, suelo poner la fecha en los táper y a lo mejor algunas he leído que no hay que dejarle más de 3 meses, lo que sea y alguna vez, yo creo que habré sobrepasado esta fecha, pero como es congelador, tengo la idea que no va a pasar nada... **Así que con el congelador no desperdicio nada**.

D3, D7. En nuestra casa **nunca se tira ni pescado, ni carne**, entre otras cosas porque sacamos lo justo del congelador para cocinar y consumir, y porque es muy caro.

FG8. Yo lo que me sobra es pasta o arroz, **la carne no**. (H) (...) [A mi me duele más] **la carne porque es más cara**. (H)



INSIGHT. Los resultados obtenidos parecen indicar que no existe un claro concepto de qué es desperdicio. De las narrativas de los entrevistados llama la atención que solo hacen referencia a porciones de alimentos frescos o una lista de productos muy limitada. Esta forma de entender el desperdicio puede deberse al sesgo de sociabilidad social y a la necesidad de mantener un discurso coherente de su identidad de no desperdiciador/a ya apuntada. **No obstante, también puede deberse a que no se tiene claro qué incluye el concepto de desperdicio alimentario.** En este sentido, parece ser que la mayoría sigue identificando desperdicio alimentario con productos que van del frigo (o la despensa) a la basura. En este sentido, cabe la posibilidad de que no se identifiquen como desperdiciadores porque no tiran lo que ellos consideran que les convertiría en desperdiciadores. Imaginemos, por ejemplo, que su definición no incluye los alimentos que sobran de los platos (de hecho, casi nadie menciona qué pasa con estos alimentos) y, por ende, si acaban en la basura pasarán desapercibidos.

Relacionado con este hallazgo, hemos observado que **ciertos desperdicios son invisibles para el consumidor**. Así, conviene distinguir la diferencia entre lo que ellos declaran y recuerdan tirar con mayor frecuencia y lo que en realidad desperdician. Por ejemplo, cabe la posibilidad de que recuerden más fácilmente el haber tirado un producto concreto porque les costó más caro, o lo compran con menor frecuencia, o quizás le inspiró un pensamiento/sentimiento concreto en cualquier momento del ciclo de vida del alimento que hizo que se imprimiera con mayor fuerza en su memoria ese producto (ej. quizás estoy comprando mucha cantidad, o voy a probar una receta nueva, hace tiempo que no cocino esto, etc.). En cualquier caso, no podemos confiar en que lo que declaran tirar sea lo único que tiran o lo que más frecuentemente tiran, sino que nos indica que es lo que resulta más notorio y saliente para ellos. Volviendo al ejemplo anterior, llama la atención que al preguntarles por el último episodio en el que tiraron algún alimento a la basura, ningún participante nombrara las sobras del plato. Según nuestro argumento, quizás no lo mencionan porque no ha quedado registrado en su mente; supongamos que el tirar estas sobras se haya convertido en un gesto automatizado o mecánico, aceptado en la dinámica familiar que ni pasa por su conciencia y, por lo tanto, no puede mencionarse cuando se le pregunta.

IMPLICACIONES PARA LAS CAMPAÑAS: Las campañas deberían hacer hincapié en el propio concepto de desperdicio alimentario y no dar por sentado o asumir que el consumidor tiene identificados claramente en su mente todos los actos que implican desperdicio. Parece algo obvio, pero es de gran relevancia porque sólo si se entiende lo que es desperdicio, se podrán observar y reconocer los actos realizados en su día a día que desembocan y contribuyen a ese problema y, en su caso, intentar tomar las medidas para corregirlo. Si no es percibido y no es registrado conscientemente como acto de desperdicio, pasará desapercibido y no podrá modificarse.

4.2.6. ¿Por qué se desperdician los alimentos?

Una vez analizados los discursos de los consumidores respecto a los tipos de alimentos que declaran desechar con mayor frecuencia, debemos detenernos en examinar las situaciones que rodean, según sus testimonios, dicho desperdicio. A modo introductorio, observamos que existen múltiples factores que afectan al desperdicio y que actúan como barreras para acabar con él. Cuando se analizan las entrevistas y las dinámicas de grupo, se pueden identificar la combinación de factores de naturaleza **personal** (ej. ser más o menos organizada), **psicosocial** (ej. cultura de la abundancia), **competencial** (ej. ser más creativo para aprovechar recetas) y **estructural** (ej. consumerismo). Si bien, en aras de un mayor entendimiento de cuándo y por qué se produce el desperdicio en los hogares madrileños, en este estudio presentamos los hallazgos atendiendo a dos dimensiones: **lo individual** y **lo estructural**, que interactúan entre sí y que han de atenderse conjuntamente para generar cambios consistentes desde una perspectiva crítica. A su vez, en cada una de estas dimensiones se han identificado otros elementos que actúan como barreras al aprovechamiento o al no desperdicio. La Figura 4 y Figura 5 muestran respectivamente, un resumen de estas barreras a nivel individual y estructural.

Figura 4. Factores individuales que actúan como frenos al no desperdicio

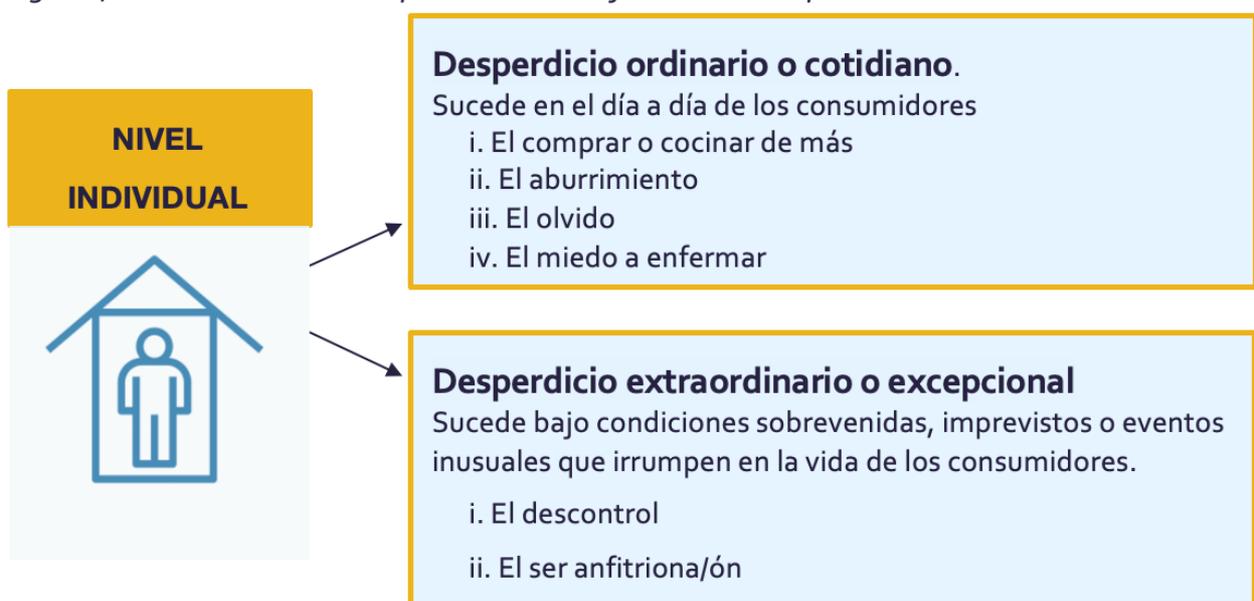
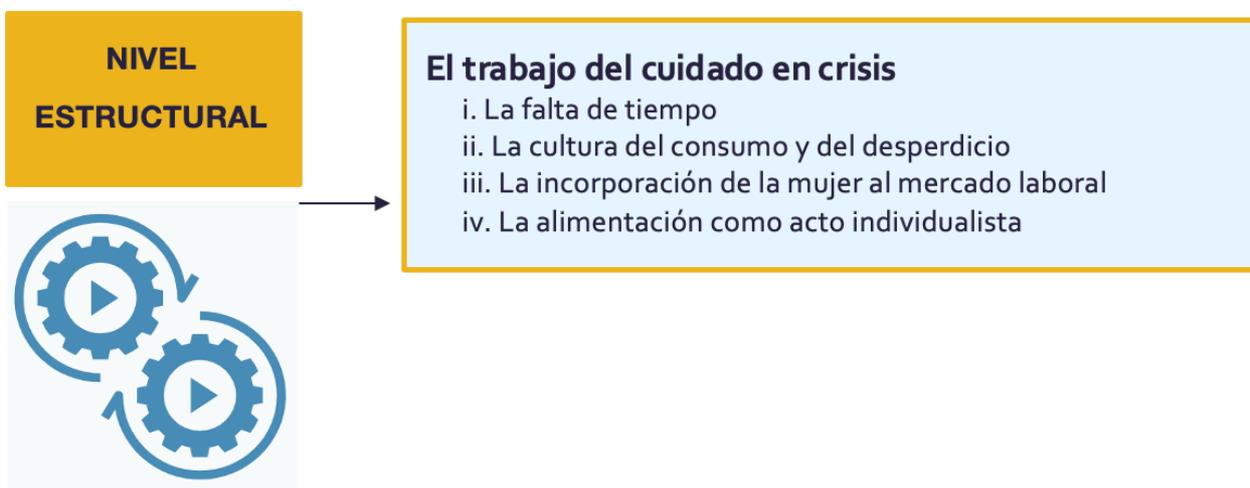


Figura 5. Factores estructurales que actúan como frenos al no desperdicio



Nivel individual: desperdicio ordinario o cotidiano



Como hemos adelantado, bajo esta denominación nos referimos a un **desperdicio que se produce en circunstancias normales de los consumidores.**

En otras palabras, son desperdicios que aparecen enmarcados por las circunstancias, las personas y los hechos usuales que componen las historias de la vida cotidiana de nuestros informantes: el número de habitantes comunes en

la casa, el trabajo, las costumbres familiares, los gustos y preferencias propias, de la pareja y los hijos, los miedos, los horarios y los ritmos de vida, etc. En estos casos, cuatro factores destacan por favorecer el desperdicio: **(1) el comprar o cocinar de más; (2) el aburrimiento; (3) el olvido; (4) el miedo a enfermar.**

i. Comprar o cocinar de más

Una de las razones que mencionan los entrevistados a lo largo del estudio es el hecho de que, a menudo, **se equivocan al calcular cuántos alimentos se pueden comer**. Este problema puede darse tanto en el momento de la compra como en el momento de la preparación de los alimentos para consumirlos. Esto es, señalan que el desperdicio tiene su origen en una sobreestimación de las capacidades de consumo, de gestión de tiempos o de esfuerzos y, como consecuencia, algunos de los productos adquiridos o preparados se acaban tirando:

E1. Es más, por contacto con gente de mi entorno que me cuenta alegremente que compra 2 kg de fruta porque está de oferta y se le ha puesto mala la mitad y la ha tenido que tirar. Yo eso nunca he hecho, comprar más porque está en oferta si yo sé que no lo voy a usar. Me saldrá más caro pero lo que no voy a hacer es, si estoy sola, comprarlo y tirar la mitad. (...) Y alguna vez pan, que no consumo a diario, he comprado mucho y no lo he congelado, se ha puesto muy duro y lo he tenido que tirar. (...)

E3. Al final calculas un poco más y haces de más y se quedó en la nevera, pasaron tres, cuatro días que no lo comíamos.

E4. Me suele pasar con la fruta, que suelo comprar de más para forzarnos también a comer más fruta, pero al final siempre, pues bueno, apetece una galleta en vez de una manzana y ahí se queda.

E6. También me pasaba, a lo mejor, con la fruta, pues iba a comprar plátanos, 1 kg de plátanos, y luego realmente no me daba tiempo a mí sola a consumirlos, si te comprabas varias frutas...

E8. Por ejemplo, la última vez que me he dejado algo, esta semana cociné mucho escalibada, que me gusta mucho, con la verdura me pasa porque me sirvo mucha cantidad... Lo cambio de plato, lo sirvo distinto.

E12. Entonces, claro, el padre se va acostumbrando a darle todo lo que pide el niño, incluso yo me fijo en los supermercados que los niños van cogiendo artículos, los van metiendo en la cesta, en el carrito y todo eso claro, a veces se coge demasiado y hay cosas que se estropean por no tener control.

E15. Lo que más frecuentemente se tira en nuestra casa suele ser verduras que se ponen malas. Y si alguna vez hacemos comida de más y sobra, pues se tiran esas verduras

FG2. Pero tirar...lo que más, esas bolsas de "4 estaciones" donde te viene cortadita la lechuga (...) pero a veces se me acumula en la nevera y me da una pena terrible y pienso que tenía que haber comprado solo 2 y no 4, pensando que iba a comer bien durante más tiempo...pero se quedan ya pasadas y las tengo que tirar sin abrirlas. Además, son baratitas y valen para todo...pero las he tirado (M) (...) En mi casa siempre sobra comida. Da igual la cantidad que hagas, más o menos, va a sobrar de algo. Si haces mucha va a sobrar. Siempre sobra comida. (H) (...) Yo lo que me sobra es pasta o arroz, la carne no... es lo que hago para varios días. (H)

FG5. La fruta, siempre la fruta y más en verano. Porque a lo mejor he comprado más de lo que vamos a comer y se madura rápido. (M)

FG8. Prefiero cocinar todos los días una cantidad más razonable que cocinar para seis días que al final va a sobrar y se va a tirar. Pero lógicamente alguna vez sobra, alguna vez alguien tiene menos hambre, alguna vez no sé qué, y efectivamente se mete en un táper, que diría la mitad de las veces se come, la mitad de las veces se tira. (H)

D1. Restos de comida precocinada, por excesiva cantidad.

Ellos mismos se dan cuenta de que las decisiones de consumo que toman **no son muy acertadas porque, con frecuencia, tienen un marcado carácter idealista o de anhelo**: el querer ser más saludable, aprender nuevas recetas, dedicar más tiempo a la cocina, organizarse mejor, etc. En ocasiones, intentan darles salida a dichos productos (incluso congelándolos) pero no siempre pueden y al final acaban en la basura, tal y como se deduce de las experiencias de entrevistados:

*E7. También a veces, como...**porque nos ha pasado otras veces de comprar demasiado y no tener tiempo para cocinarlo todo...** al final te pegas una paliza para que no se pongan las cosas malas, o acabar tirando demás, así que por eso vamos un poco más como al día a día. (...) Si sobra, en los platos que se pueden congelar lo hacemos o los guardamos un táper para el día siguiente si es pasta o quinoa, yo qué sé, pero a veces como nos **pasamos con ese tipo de cosas, no te lo comes justo en el día siguiente y sí que se acaba tirando.***

*FG4. En mi casa es el ser realista. Si mi madre ha comprado, por ejemplo, fruta. Tenemos un **montón de fruta, pero no comemos mucha fruta. Mi madre se empeña en que vamos a empezar a comer más y más sano... y compra.** Entonces en mi casa tiramos mucha fruta (H)*

*FG7. Unas tortitas que hice de avena, unos panqueques. **La primera vez me salieron muy bien y quise hacer más...pero la segunda vez hice demasiado,** mi chica lo dejó al fondo de la nevera, y cuando yo quise comerlo estaban ya incomedibles. (H)*

D8. Yo voy a suscribirme a canales en YouTube para aprovechar lo que sobra.

Como formas de prevenir estas situaciones, los informantes sugieren medidas como ir a la tienda **con lista de la compra, evitar realizar compras muy grandes e ir más frecuentemente** donde es difícil calcular cuánto estás comprando y planificar el consumo de tantos alimentos.

*E3. Yo **creo que las macro compras no son buenas para el desperdicio.** Porque compras mucho y luego, a lo mejor, no lo utilizas y ha acabado donde acaba.*

*E6. **Antes comprábamos de manera más impulsiva; nos íbamos al supermercado sin una lista tan estructurada, y comprábamos lo que nos gustaba. Lo poníamos en el carro y cuando llegábamos a casa, hablo antes de tener a los niños, nosotros mismos pues a veces lo dejábamos ahí, luego se quedaba sin comer...***

*D2. **Compraré más frecuentemente** lo que se necesite, en vez de hacer una compra grande de productos perecederos.*

D9. Debo ir a **comprar más a diario** lo que necesito.

ii. Aburrimiento

Otras veces, precisamente por haberse equivocado al calcular las cantidades de alimentos que pueden consumir y haber **comprado o cocinado de más, sucede que los informantes se cansan o se aburren de consumir varias veces lo mismo**. Así, en estas situaciones, son conscientes de que el alimento está ya preparado y que de no consumirse en un tiempo prudencial acabará tirándose, pero se asume como algo que ocurre de vez en cuando pero que es consustancial al consumo de alimentos; desde su punto de vista esta inapetencia es algo normal e incluso parece estar justificada a juzgar por el tono de voz y los argumentos que acompañan sus explicaciones:

E3. **Necesidad o del capricho también.** Muchas veces, aunque tengo comida preparada que podría calentar, pues me apetece comer otra cosa y entonces, si tenemos tiempo, nos bajamos al súper. (...) Porque lo has comprado de más o no te lo has comido porque no te apetecía y demás (...) También depende mucho de lo que te apetezca comer, porque un guiso de carne, si llevas tres semanas comiendo guiso de carne y ya no quiero más guiso de carne

E11. **O a lo mejor que compro y luego un día no estoy en casa, otro sí y otro no, no me apetece lo que tengo la nevera y pido.** Entonces vas dejando la comida, se estropea, un poco más caprichoso todo...

E12. **Sí, fundamentalmente disfrutar.** A mí si un producto no me gusta o no me entra, no me lo como, o sea prefiero tirarlo a comérmelo. Cosa que mi mujer, ella pues... prueba... Yo no, yo ante la duda lo tiro automáticamente. Porque el cuerpo no tiene que ser un saco de desperdicios, o sea hay que comer y hay que disfrutar y tiene que estar buena la comida para que no te sienta mal, sobre todo, mirando por tu salud.

FG1. Yo [tiré] macarrones, **porque me pasé, hice demasiados y ya no me apetecía comer más macarrones. Los tiré.** (H)

FG2. Bueno en principio podría hacer **una olla grande** para más personas, o sea **porque para una persona sola**, pues ya digo que **me tiro toda la semana casi comiendo lo mismo**. O sea, y ya al tercer día, ya digo **"se acabó, es que no puedo más"**. Entonces a mí me pasa igual, yo sé que es un mal hábito, pues al final es como que intento decir "venga me voy a comer estos días", **y luego el quinto día digo "ay está malo, lo tengo que tirar"**. Y luego me siento fatal, pero sigo con ese mal hábito de desperdiciar comida". (M)

Uno de los remedios que plantean para intentar salvar estos productos es el transformarlos en otras recetas y así intentar engañar el paladar.

FG8. [Reflexionando de cuántos días es el máximo para consumir un producto] Yo dos días como límite. Tres, como tope... **Intento echarle otro ingrediente**, para que me sepa a algo diferente. (M)

D10. Por ejemplo, he pensado en cómo aprovechar unos restos que tenía en la nevera (caldo de verduras y garbanzos, salsa de tomate hecha por mí, dos filetes de pollo que había del día anterior, etc...). Y he hecho una sopa de fideos con pollo. Me ha sabido a gloria, y en parte se debe a haber encontrado la manera de recrear un plato a partir de restos, estaba riquísimo. Ahora miro más la nevera, y hasta que no quedan restos trato de no cocinar y/o sacar algo más del congelador.

iii. Olvido

No obstante, muchas veces el desperdicio se explica simplemente por una cuestión de despiste o de quedarse olvidado en la despensa o en el frigorífico. Los informantes no recuerdan haber guardado el alimento en el “fondo” de la nevera y pasan los días sin que se intenten rescatarlos para consumirlo, cuando se acuerdan del producto es tarde para aprovecharlo y se tira:

E3. Pero casi lo que más tiramos es fruta que se nos haya pasado o verduras que se quedan en el cajón y el de la nevera y cuando las vas a utilizar, ya están un poco mal. (...) Además, ahora yo me pongo muy enfadada porque las neveras de ahora tienen un fondo tremendo y yo no llego al fondo. Y a veces me encuentro cosas olvidadas y entonces es en esos momentos.

E4. A veces tiras cosas que ni te acordabas que tenías. Tienes tantas cosas o vas tan rápido en el día a día que no te das cuenta que tienes el típico yogur al final de la nevera- ¿no? Y cuando un día vas a cogerlo, pues ya no es que tenga un mes, no, ¡¡tiene 4 meses!!

E5. A lo mejor si me pasa, pues un táper que estaba ahí al fondo de la nevera, no lo había visto y tenía unas aceitunas, le había quitado el líquido y se me habían puesto malas. (...) Pero es que también es verdad, que el fondo de la nevera es una trampa mortal.

E6. Y se puede quedar algo y ni te acuerdas de que lo tienes. También me pasaba, a lo mejor, con la fruta, pues iba a comprar plátanos, 1 kg de plátanos, y luego realmente no me daba tiempo a mí sola a consumirlos, si te comprabas varias frutas... A veces la típica bolsa de lechuga que se te olvida y está atrás en el frigorífico y no has visto...

E11. Es verdad que hay veces que tengo algo en la nevera, y a veces se me ha estropeado, porque a lo mejor pues se me ha olvidado que estaba ahí o no he sido yo capaz de utilizarlo. (...) En algún momento me ha pasado y he tenido que tirar comida porque está ya con moho, porque se ha quedado en un cajón, que no has visto o algo (...). El otro día tiré un limón, se quedó en la puerta que ahí normalmente no dejamos productos perecederos; tal vez una mostaza o algo así, y había un limón y estaba el pobre verde en vez de amarillo.

E12. Hemos comprado ofertas de latas, de sardinas o de caballa o tal y con el paso del tiempo no te has acordado de que las tenías y han llegado a caducar incluso, o sea que...

FG1. Pues se me olvidó. A la mañana siguiente vas y era como que había fermentado, era una capa arriba horrorosa, lo tuve que tirar. (M). (...) Consumes a lo mejor dos o tres filetes y te queda uno, dos, lo metes en el frigorífico, pero al final cuando lo ves en el fondo ya está pasado. (M) (...) O lo que

hemos hablado antes, **porque se les olvida**, porque hacen de más, o no les apetece. (H) (...) Y conservas a lo mejor, conservas (abiertas. Por ejemplo, un bote de champiñones, no has echado todo, se te ha olvidado y tiene ya la capa de... (H)

FG2. Pero sí algunas veces sí que tiramos fruta, **porque algo sí que se queda olvidado y ya no se puede comer**. Por ejemplo, nos vamos comiendo las manzanas más buenas y quedan otras; o mi hija, que come muchísimos plátanos, cuando hay plátanos deja de comer otras frutas, y claro, mi mujer y yo igual comemos una pieza al día, pero claro, **hay poco a poco hay un deterioro y hay que gestionar el stock de frutas**. Y lo que hacemos es que no compramos fruta hasta que no se haya terminado lo que hay en el frutero. (H)

FG4. Y fue la típica lata de aceitunas que la abrí para una ensalada, lo metí luego en un táper, **y eso sí que se me fue**. Y cuando miré el táper, tiré hasta el táper, porque ni siquiera quería lavarlo de hecho. (M)

FG5. Unas ciruelas que tuve que tirar porque **se habían olvidado en la nevera**. (H)

D1. Los fines de semana, que aprovecho a hacer la "limpieza del frigo" para ir a la compra por más viandas, **es cuando algo que está por ahí olvidado y pocho, acaba en la basura**. (...)

D9. Algún resto de **algún guiso** que lleva mucho tiempo en la nevera.

D6. Al fondo del frigo siempre queda alguna **verdura y/o fruta que se pocha y se acaba tirando**. (y D11 declara una experiencia muy similar)

La solución que proponen para evitar estas situaciones **es revisar con cierta frecuencia** lo que está en el frigorífico, como comparten los siguientes participantes.

E6. Yo procuro estar muy atenta y hacer una revisión, pero es verdad que a veces parece que está muy lleno y no puedes no alcanzas a ver que algo se ha quedado atrás...

E12. Yo creo que habría que revisar más los frigoríficos y las despensas. Cada x tiempo

iv. Miedo a enfermarse

Una de las razones a las que también aluden los participantes de nuestro estudio para tomar la decisión de tirar el alimento es el **temor que sienten de poder enfermarse si consumen un alimento que no esté en buenas condiciones**.

E12. **Sí, sí. Toda la salud. Uno está bien de salud si lo que comes está en condiciones**. Si no está en condiciones, **puedes ponerte enfermo** y eso te lleva luego a una serie de problemas y que todo lo que vamos echando dentro, todo eso tiene sus consecuencias, con el paso del tiempo según tratas el cuerpo, pues te responde él. (...)

E14. ... las zanahoria tiradas en cantidad, y si tardas en usarlas se te quedan pequeñas en el frigo... las tiros porque no me parecen de buenas condiciones... al nivel de salud.

Para evitar tirar el producto, una de las medidas más habituales que adoptan es intentar elegir o consumir primero los productos que van a **perecer antes o tienen la fecha más próxima y posponer el consumo de los que aguantan más:**

*E5. Yo que sé, tengo varios quesos, porque comemos mucho queso en casa, sí que miro las fechas de caducidad a **ver cuál caduca antes para sacarlo antes; así intento tenerlo en cuenta.** (...)*

*E7. **Sí, lo miro bastante a la hora de comprar para intentar comprar la que tenga más larga por lo que pueda pasar.** Y, de hecho, a veces en el súper, pues es cuestión de mover una bolsa ensalada otra y cambia la fecha 4 días.*

Sin embargo, los testimonios ponen de manifiesto que existe un gran desconocimiento de lo que se puede o no se puede comer y en qué estado se puede consumir. La decisión de tirar o de consumir el alimento depende no solo de lo aprensiva que sea la persona, sino también del tipo de alimento del que se trate. Por ejemplo, **con las carnes y pescados no quieren correr ningún riesgo** y, en general, son más propensos a tirarlos si tienen la mínima duda. En cambio, **con los productos lácteos, sobre todo con los yogures,** que recordemos que son los productos que más se desperdician, después de las verduras y frutas, no existe una clara postura sobre si pueden o no consumirse pasada la fecha del envase. Así se pone de manifiesto por algunos de los entrevistados:

*E5. Lo envasado, **pues los yogures, que ni miro la fecha de caducidad y otras cosas envasadas a veces no la miro, a veces la miro y veo que está caducado y, ya... esto está estupendo, y lo comemos.***

*E7. Es verdad que las cosas que caducan, **por ejemplo, los yogures, no nos impresiona. Nos comemos igual.** Respeto mucho las fechas de caducidad de los productos frescos, una carne, un pescado, un lo que sea, **no se me ocurre comerlo, después.** (...)*

*FG3. **Con los yogures, que siempre pasa, cuando no es una caducidad exagerada, los abres y te los comes** (H). Nosotros no, **los tiramos,** tenemos la manía de tirarlos, porque para eso está la fecha...(H) Yo lo abro **lo huelo y si está bien, lo como** (H). Yo con los lácteos pienso...si lo como caducado **me puedo poner malo...** Y al final por no tirarlos es peor (H). Yo **lo tiro,** porque una vez me dio un poco de gastroenteritis (M)*

*FG4. **Los yogures cuando yo veo que hay un día pasado, dos ya me da cosa comérmelos.** Y dicen "sí te lo puedes comer". Digo...**a la basura.** (H)*

D5. Si lo que se va a comer, no está con buen aspecto (olor ácido a fermentado, al abrirlo, etc), lo deshecho por cuestiones de salud, para evitar que los chiquillos se enfermen.

D9. Si veo que los restos están en mal estado, no me los como, me puede hacer daño.

Ello viene agravado por **la gran confusión que hay entre la caducidad de un producto y la fecha de consumo preferente**, a pesar de que señalan consultar dicha información para orientar la decisión de tirar o no tirar el producto:

E12. Que no esté en condiciones, **siempre que yo tengo la duda, si me va a sentar bien y yo me lo grabo y pienso pues a lo mejor no me siento bien, no lo pienso dos veces, automáticamente lo tiro.**

E4. Sí, porque muchas veces algunas fechas son muy orientativas y merece la pena mirarlo. (...) Tienes tantas cosas o vas tan rápido en el día a día que no te das cuenta de que tienes el típico yogur al final de la nevera- ¿no? Y cuando un día vas a cogerlo, pues ya no es que tenga un mes, no, ¡¡tiene 4 meses!! **Pues ya no sé si tomármelo. Yo con las fechas de recomendado y todo eso, intento alargarlo, pero claro llega un momento, que ya hay que tener un poco de precaución.** (...)

E5. [Al referirse de lo último que tiró] Yo unas cebollas que tenía en la nevera, **que les salieron tallos por todos los lados.**

E7. Intento coger siempre lo que me dé más margen y **luego aún así cuando lo tengo en casa, si ha llegado el día y ha pasado uno o dos días, pues eso veo el aspecto y si no veo nada que tenga muy mal aspecto, pues nos lo comemos.** Yogures, una ensalada de bolsa... Sí que hemos comido cosas con la fecha un poco pasada (...) Mi chico, es más, pues él es más de **"a ver, que no tenga esto, que no huelva a rancio".**

FG4. Yo yogures, **que se me caducaron por dos días y los tuve que tirar.** (M)

Al final, para muchos, la toma de decisión sobre qué hacer con el producto se basa en lo que les indica **su sentido de la vista, del olfato y del gusto.** Por supuesto, existen perfiles más cautelosos o temerosos que prefieren tirar todo alimento en cuanto tienen la menor duda de su condición, mientras que otros tienen un perfil más atrevido:

E1. Por ejemplo, con los plátanos, **que hay gente que, si están más negros, no lo comen...** Yo sí me lo como.

E3. Si es un yogur, **mi marido lo cata y si está bien se lo come.**

E4. Bueno, por ejemplo, el fiambre, lo abres y que sé con fiambre, jamón york lo abres y si **huele bien, o tiene buen aspecto, pues bueno, si no, pues ya.** (...) Considero que, si pasan 3 meses o algo así, pues ya a lo mejor lo descongele en la nevera, pero antes de comerlo, mira a **ver cómo está** porque ya me ha pasado alguna vez, que descongelo, me llevo el táper y cuando vas a comer, **sabe fatal y ya no te puedes comer.**

E7. Pero yo tengo la idea esa de que la **fecha que tienen muchas cosas que es un consumo preferente y que no es una fecha de caducidad como tal,** y entonces me quedo tranquila que no me va a sentar mal si me lo como (...) al final le convenzo (E7)

E8. La verdad es que yo pierdo muy poca comida. También te digo que me como todo realmente, **tengo que pensar que me va a sentar muy mal para no comerlo...** no te lo pondría a ti si vienes a mi casa, pero yo me lo como, **y si me sabe raro... pues me aguanto.** Soy muy consciente de este tema. (...) Mi amiga la gallega hizo un cocido exquisito, que no lo metimos en la nevera porque estábamos esperando a que se enfriase, y claro, lo dejaste... y con la verdura y carne, **fermentó...y aunque olía mal, yo intentaba comérmelo.** Hasta que ella dijo... esto es imposible.

E12. Mi mujer es escandalosamente temeraria **porque prueba a veces cosas que están como caducadas de hace mucho tiempo, y prueba a ver si está buena o no,** o sea. Puedo hacer la compra y fijarme en los pescados y saber si un pescado está en mejores condiciones o peores condiciones. Yo digo "ese pescadito de ahí quiero", porque le he visto los ojos, por la textura de las escamas... Pero digo "tú lo pruebas primero". **Está bueno, pues venga a comérselo.** (...) Hombre hay cosas que **solo por la textura ya te está diciendo que ese producto no está bien.** La leche por ejemplo si hace grumos, pues eso es que está ya...que está caducada. Hay una serie de puntos que te dicen si un producto no está en buenas condiciones, **el olor,** por ejemplo, también. **Si pica, si está agrio.** Bueno pues yo que tengo la verdad, **tengo el sabor, el paladar bastante fino.**

FG2. Bueno, una vez, un par de filetes de pollo que tenía en el congelador, y **al sacarlo no lo vi con buena pinta y lo tiré.** Como yo no suelo congelar... ante la duda a la basura. (M)

FG3. Era queso del de lonchas y **tenía pinta rara. No tenía moho, pero se veía raro.** Y no tenía mucho tiempo, y me dio pena, pero mi madre ante la duda lo tiró. (H) (...) **A veces lo huelo e intento comerlo...pero es que lleva más de un mes caducado...**(M)

FG5. **Del olor y algo sabor.** Y los huevos por la fecha de caducidad. (M)

FG8. Lo último, **perejil,** que lo tenía en una bolsa y olía fatal (M).

Nivel individual: desperdicio extraordinario o excepcional



A diferencia del desperdicio ordinario, **el desperdicio extraordinario o excepcional sobreviene a los informantes,** porque suceden eventos o aparecen imprevistos que interrumpen el ritmo normal de su día a día. En estos casos, dos factores destacan por favorecer el desperdicio: **(1) el sufrir periodos de descontrol;** y **(2) el ser anfitriona o anfitrión.**

i. El sufrir periodos de descontrol

En ocasiones, los informantes manifiestan sentirse arrastrados por la vida, víctimas de acontecimientos no programados. En estos casos, no son capaces de organizarse como están acostumbrados, de calcular con precisión lo que deben comprar y lo que no, o de saber si los alimentos adquiridos y las cantidades preparadas son las adecuadas y acordes con las circunstancias. Estas situaciones pueden darse, por ejemplo, porque **se producen cambios en sus jornadas de trabajo, aparecen visitas no planeadas o se realizan viajes inesperados.**

E1. La última vez que tiré fue en mayo, antes de hacer un viaje, cuando me he ido unos días fuera y no he calculado bien. He abierto un paquete que no he terminado y lo he tenido que tirar porque se había estropeado. Me iba de vacaciones o me he ido un fin de semana y la leche, que pensaba que iba a aguantar bien, al volver se había estropeado. Sobre todo, es por eso, porque no me he organizado bien cuando he ido de viaje.

E6. Yo con los turnos de trabajo, incluso antes de tener pareja, no era ni consciente de lo que tenía; trabajabas un turno, trabajabas al día siguiente de noche, te levantas y comes lo primero que hay en el frigorífico.

E3. Hemos tenido una época de que entre semana pedíamos bastante comida a domicilio. Lo que pasa es que ahora estamos intentando organizarnos; con el verano y demás, intentando organizar para pedir menos. Porque es verdad que al final pedíamos igual comida de más, se iba acumulando y un poco descontrol... porque al final acababa sobrando comida.

E11. A lo mejor uno pensaba que iba a comer en casa y no come, entonces te sobra comida.

FG4. Cambio de planes, comida rápida, comidas de trabajo. (M) (...) Yo creo que son más los imprevistos. Yo por ejemplo, si voy a casa de mi madre y ha hecho cocido, si no me termino el plato, lo echo en un táper, echo un poco más y me lo llevo. Pero en el caso de "comida con más gente", me refiero a que vamos a tomar el vermú y me lío con alguna otra persona a comer en su casa o en la mía o por ahí, y lógicamente, lo que sobre en esa comida sí se va a tirar. (M)

FG5. Fueron unos bombones que nos regalaron y además estaban buenísimos. Los metimos en la nevera confiando que no se iban a estropear y los fuimos dejando, dejando...nos fuimos de vacaciones y cuando fuimos a comerlos estaban como rancios... nunca lo habíamos pensado. (H)

FG8. Si he tenido que tirar algo es porque no he planificado, por ejemplo, sacar a descongelar esto para el día siguiente o a los dos días y de repente me paso 4 o 5 días encadenando comidas fuera de casa y no tengo la oportunidad de hacerme esa comida, que es un producto fresco...y cuando lo saco del táper donde lo tengo veo que está mohoso y no lo puedo comer. (M)

FG8. Como suelo hacer la cantidad para comer no suele sobrar, pero, por ejemplo, de repente viene un amigo, pedimos comida, de hecho, ahora mismo hemos comido chino, tengo el arroz ahí que no va a servir y seguramente mañana lo tire porque no lo he comido hoy. (H)

ii. El ser anfitriona o anfitrión

En otras ocasiones, **los eventos extraordinarios se deben más a la celebración de encuentros con amigos o familia**. En estos casos, lo que llama más la atención es la tensión que se produce entre los distintos roles que el consumidor desempeña, especialmente en los eventos familiares y celebraciones entre amigos. Por una parte, se reconoce el deseo de querer comportarse correctamente como un ciudadano ejemplar que no desperdicia comida. Por otra parte, está el interés en desempeñar correctamente **el papel de buena anfitriona o buen anfitrión**.

Más allá de que pueda haber un impulso superficial de querer aparentar, también está presente la **necesidad de mostrar aprecio hacia los seres queridos**. En estos casos, la comida está cargada de simbolismo porque es una forma de expresar cariño a los demás; que haya comida abundante es una forma de decir "os quiero, gracias por venir". En definitiva, estos factores les empujan a ser innovadores con las recetas o excesivamente espléndidos con las cantidades de comida que se prepara y, al final, muchos de los alimentos acaban por no consumirse.

*E5. Lo que pasa que es verdad, por otro lado, que como todo lo celebramos siempre en torno a la comida y hacemos una cosa como muy pantagruélica...Pero tengo la sensación, por ejemplo, en España, que tú vas a cualquier casa, a cualquier celebración, y lo que se supone que es un aperitivo o una comida...ahí hay comida para 300 personas. Y luego hay también para todos los vecinos... En mi casa, es que mis padres son muy diferentes. Mi madre si tiene totalmente mentalidad, es lo que vio ella en un pueblo tal, mentalidad de posguerra total, **acumular acumular y mucho mucho, nunca hay comida suficiente, nunca, nunca**. Y, sin embargo, mi padre no está siempre intentando contenerla y que le parece que hay mucho y que ya está bien. Y parece que a mí me ha calado más lo de mi madre; aunque ni de cerca estoy como ella...pero sí tengo más ese perfil. Ahora por ejemplo cuando vamos a comer le digo "dónde vas con tanta comida", que me parece fenomenal porque nos lo llevamos, lo que sobre, **pero ella no lo hace para que lo llevemos, sino que siempre le parece que no va a ser bastante. Quizá su forma de querernos**.*

*E6. Mis suegros (...) parece que, si no te ofrecen un montón de cosas, es como que no tienen. Parece que el que se come lo último que hay en el plato es como que le falta para comer. (...) Mi sobrino es celíaco y dije: voy a probar a hacer cosas sin gluten. Me viene ahí un poco arriba en la fabricación de panes sin gluten. Yo no tengo una máquina de hacer pan, que a lo mejor sería lo óptimo y lo intenté, compré los ingredientes y es verdad que la solución será llevarlos a casa de mi hermana. Pero si no los usas pues los tiras, **pero sí que ahí me aventuré en comprar unas cosas, que además no están baratas, por intentar hacer un bien para mi sobrino y así aprendíamos**; pues un bizcocho sin gluten, no nos aporta nada en casa diferente a uno con gluten, pero bueno, si uno aprende pues ya lo puede hacer y comer toda la familia. Y eso sí que lo compré y no lo uso.*

*E8. Eso es [que sobre antes de que falte]. Además, **la comida, para mis padres es un elemento de socialización**.*

FG4. Mi madre siempre tiene la sensación de que hay poca comida y saca más. (H)

Una de las medidas que se adoptan en estas situaciones **es intentar repartir**, entre los invitados, **la comida en táperes** y así evitar tirarla. No obstante, la intención puede ser buena, pero algunos reconocen sus limitaciones.

E5. También muchas veces, por lo menos en los ámbitos en los que yo me muevo, es verdad que luego se reparten táper, ¿sabes? Venga, llévate esto. Venga, tú llévate lo otro.

*FG4. Pero además es que no lo hacen para que se lleven el táper, sino para que se coma todo. **Pero no se van a comer todo**, ni se lo van a llevar, porque a partir de mañana están a dieta (por todo lo que han comido). (M). **Querer quedar bien, ofrecer mucha comida, que nadie pase hambre, ser buen anfitrión en una comida con gente**, luego no se llevan el táper con las sobras, etc. (...) (M). (...) **Mis hermanos, los que viven fuera, cuando vienen sí que se llevan táper. Aun así, cuando hay una comida familiar, hay tanta comida, que es muy difícil repartirla en táperes.** (H)*

*FG5. Al vivir solo valoro lo que compro para comer... Mi madre a veces me da más cosas...**pero le digo que yo solo no puedo gestionar tanta cosa.** (H)*

*D2. **Sobrantes de comida preparada a domicilio con amigos muy mal calculada.***

Nivel estructural: crisis del cuidado



En la comprensión de las dinámicas del desperdicio alimentario, los participantes de nuestro estudio nos dieron a entender que toda mirada centrada exclusivamente en las actitudes, los comportamientos y las emociones de los consumidores siempre va a ser limitada, incompleta e incluso, en cierto modo, injusta. Sus testimonios revelan que el desperdicio alimentario no solo se debe a una falta de concienciación individual; para ellos/as, el desperdicio alimentario participa de un discurso más amplio y poderoso conformado **por la lógica capitalista que moldea el contexto socioeconómico en el que todos nos movemos y actuamos.**

Como veremos, las narrativas de nuestros informantes encierran una fuerte crítica a nuestro modo de organización social. Concretamente, sus testimonios evidencian que las actividades de cuidado que sostienen la vida y el bienestar social se sitúan lejos del corazón de nuestros sistemas económicos. El modelo de sociedad de consumo y de mercado laboral que tenemos se sostiene fuertemente sobre la separación del **trabajo de reproducción social** (relegado a la esfera doméstica, no remunerado, invisibilizado y llevado a cabo fundamentalmente por mujeres) del

trabajo de producción económica (desarrollado en la esfera pública, remunerado, protagonizado tradicionalmente por hombres, generador de estatus social).

En este apartado profundizamos sobre estas reflexiones. En concreto, nos detenemos en la exposición de cuatro factores de carácter estructural que, según los informantes, influyen en las decisiones respecto al desperdicio que se produce en sus hogares: **(1) limitaciones de tiempo; (2) cultura del consumo y del desperdicio; (3) la incorporación de la mujer al mercado laboral y (4) la alimentación como acto individualista**

i. Las limitaciones de tiempo

Una de las consecuencias de nuestro modelo de organización social es haber provocado la **reducción (o precarización) del tiempo para el cuidado**. En este sentido, los consumidores piensan que el frenesí de la vida urbana y laboral son barreras importantes para reducir el desperdicio alimentario. Como declaran, los ritmos de vida que llevamos son demasiado rápidos; las semanas se caracterizan por las prisas y la inmediatez de los sucesos, además de las largas jornadas de trabajo y el cansancio. En este contexto, la alimentación adquiere una posición secundaria, incluso se convierte en otra obligación más a la que atender. Y es que, aunque sabedores de su importancia, también reconocen (con tono de resignación) que no le pueden dedicar, al menos durante la semana, el tiempo que les gustaría ni la atención que creen que se merece.

E3. Todo tiene que ser rápido. No puedes dedicar mucho tiempo a algo, sino que todo tiene que ser inmediato. Yo lo he visto en mis niños, mis alumnos, todo tiene que ser muy visual, inmediato. Pero que lo de la alimentación, la comida rápida que sí, que es verdad que no hay tiempo, que los trabajos son un horror. Yo creo que es cuestión de concienciación. Yo veo que claro, mi hija se dedica a esto, pero mi hija que ahora ya está independiente, pues aprovecha todo y cocina. Entonces yo veo que la gente joven, y lo estábamos hablando con Antonio, pues que tienen una visión de lo de la comida, la alimentación, tan diferente...

E4. Eso es, porque llegas tarde de trabajar entre semana, a ninguno le apetece, y lo más fácil es pedir. (...) Tienes tantas cosas o vas tan rápido en el día a día que no te das cuenta que tienes el típico yogur al final de la nevera- ¿no?

E5. La vida que llevamos actualmente es un agotamiento. (...) Yo creo que el agotamiento. Con otras condiciones materiales de vida, la película sería distinta. Para mí, que estoy de baja, que puedo ir a comprar, que puedo cocinar día a día, que puedo pensar o buscar una receta de qué hago con los calabacines, qué receta... Pues genial. Pero tú llegas a tu casa a las 8, compras como puedes, pues claro, acabas pidiendo comida a domicilio, generando muchos residuos. No estás viendo cómo

preparar un no sé qué. Lo primero que falta es un estilo de vida donde haya más pausas, donde llegues antes a casa antes. Es una locura, los horarios españoles... Que la gente salga de trabajar a las 8 de la tarde, ¿cómo van a comprar? No sé... para mí es lo primero que tendría que cambiar.

E6. Ahora tenemos tantas, tantas tareas y tantas obligaciones y tantas cosas que hacer... Tú mismo lo has dicho: que las cosas estén bien, que la comida sea sana, que nosotros estemos sanos, que hagamos deporte, que trabajemos... que al final es tan difícil, que algo se tiene que escapar. **Y yo creo que lo fácil que se escapa es un poco el cuidado del hogar y de la alimentación**, y la podemos conseguir yendo en supermercado, abriendo el armario, cogiendo una pizza y metiéndola en el horno... o cualquier otra cosa.

E7. La fruta para aprovecharla con batidos o con tortitas de avena me salva ya todas todo eso. Y luego también, pero he dejado hacerlo porque **al final era bastante tiempo, o sí más tiempo del que dispongo**, también con las verduras (E7)

E8. Pero para mí es negativa, cuanto más ajeteo, más se desperdicia.

E11. Para mí es que principalmente yo creo que mucha gente desperdicia más o no lo aprovecha **por una cuestión de tiempo**. Porque hay que dedicar más tiempo a ver qué hago con esto que me ha sobrado. (...) **por falta de conocimiento, también por falta de interés o de tiempo**: a lo mejor no tienen tiempo que dedicar a qué hacer con esa comida para que no se estropee. No dedicarle ese tiempo, ni ese pensamiento y directamente pues tirarlo cuando vean que está mal, o que a lo mejor no estaba mal y lo tiran igualmente.

E15. Como no preparamos el menú semanal y **vamos mal de tiempo**, comemos algo rápido, plan pasta...por la noche muchas veces pedimos...

FG3. Yo hago lo mismo, a veces también me tengo que llevar la cena en táper... Así que para no pensar hago solo una comida y la divido. O hago de sobra para tener para el día siguiente. (M) y además si **sales tarde del trabajo por la noche, tenerte que poner a cocinar...al final coges lo básico, o compras lo que sea para no pensar** (H). Sí, por no pensar, me voy al Día y compro una ensalada, o me compro un bocadillo (M)... O tortilla francesa (M)

FG2. También tenemos otra cosa, y es que no tenemos mucho tiempo, esto es un bien escaso, y tendemos a comer comidas preparadas (ahora que todos los supermercados las ofrecen) con bastante éxito, les felicito porque tienen cosas bastante buenas y bien elaboradas. Así que a veces tiramos de este tipo de cosas socorridas, que solo hay que calentar. Y comemos verdura, pescado, la niña también (H)

FG3. La alimentación sí es algo que me preocupa, pero como bastante peor de lo que me gustaría, por el tema del horario rotativo del trabajo siempre estoy con el corre corre. (H)

FG3. A mí también me gusta cocinar y me encantaría aprender a cocinar bien. Al final yo hago cosas sencillas y es mi madre la que cocina. Pero me iría a un curso de cocina y saber hacer cosas bonitas y buenas...veo muchos vídeos, de los que hacen comidas rápidas... **Me parece un arte la cocina, y además un arte difícil y laborioso y que requiere tiempo y esfuerzo**. Me gusta mucho. No cocino genial, pero aprenderé. (M)

ii. La cultura del consumo y del desperdicio

Por otra parte, para los entrevistados, vivimos en una sociedad de gran opulencia, donde todo es consumible y desechable. En este contexto, el desperdicio alimentario es una manifestación más de la sociedad consumista que tiene como motor principal de acción la **acumulación de bienes**:

E6. En mi caso mis suegros viven bien, y dirán: bueno ya compraré otros plátanos...no son tan conscientes de ese problema.

*E11. Yo creo que es porque la gente: uno, no se tiene conciencia, estamos en una sociedad del **consumo rápido**. Entonces quiero esto, si se ha caducado lo tiro, si ya está malo lo tiro. Entonces eso, consumo rápido y me da igual las consecuencias.*

*E12. Muchas veces compramos por **impulso** y hay que comprar serenamente, reflexionar.*

*FG1. Porque tirar comida, no sé, creo que somos una **sociedad que tiramos de todo**, o sea de energía, de comida... (M)*

*FG2. Tú abres mi congelador está que parece que se va de viaje. **Yo bajo al mercado, alguna semana debería no bajar, pero no puedo, ¡¡cómo no voy a bajar a comprar!!** Entonces lo que hago, como controlo lo que tengo, pues pienso: **esta semana voy a comprar menos filetes porque todavía tengo de la semana pasada**. Si no tuviera eso (el congelador) me moriría. Y luego lo que han comentado ellos de lo que apuntan cuando les va faltando, a mí eso no me pasa, yo tengo remanente siempre, como compro tanto... Es una obsesión que tengo...(M)*

*FG6. **Comer se tiene que comer, pero sin pasarse, sin excederse, porque a veces comemos por comer...de todo...** Y no hay que comer con moderación, no pasarse con los dulces, etc. Contención en la comida, porque si hay conciencia lo puedes hacer; yo lo estoy intentando ...*

*FG8. **En casa ellos no tiraban porque no había**. No es como nosotros, que lo tenemos ahí siempre o lo podemos comprar. Nuestros hábitos han cambiado y terminamos comprando cosas que no necesitamos. (M). (...) Al final nunca vamos al supermercado a hacer la compra de lo que necesito para 5 días. Por publicidad, por lo que sea, siempre compramos más. (H) ¡Compramos por la vista! (...) Consumismo.*

CORRESPONSABILIDAD. Más allá de esto, se percibe que el consumismo y el desperdicio es un tema demasiado complejo para entenderlo en su totalidad, darle respuesta o intervenir eficazmente desde la conducta individual. Es por ello por lo que señalan que esta cuestión ha de recibir atención no solo por parte de las instituciones educativas, como ya apuntamos, sino también por parte de otros actores sociales. **En este sentido, demandan corresponsabilidad.** En concreto, vemos que los participantes del estudio descargan su responsabilidad también **en las empresas y las entidades públicas**, cuyo enfoque principal está en la maximización de beneficios y el crecimiento del capital económico. Como consecuencia, consideran que es necesario que haya

un **esfuerzo coordinado entre los poderes públicos, las empresas y los consumidores**. En definitiva, entienden que si el consumidor no actúa de otra manera más sostenible es porque no es suficientemente apoyado e instruido en ello por parte de dichos agentes, cada uno dentro de su ámbito de actuación.

*E1. También cuestión de políticas, no solo un tema de conciencia individual, sino que tiene que haber políticas **desde más arriba que incentiven** y la gente lo pueda entender. (E1)*

*E2. Habría que decirlo más, pero claro, **a la industria alimentaria no le interesa esto**; le interesa que se tire comida para que se compre más. Esto es lo que también pienso. Hay un límite, por las esferas que sean...no me voy a meter ahora... No tengo más conocimiento, es simplemente lógica.*

*E3. Yo sé que es complicado con la vida que llevamos, comprar a menudo y en cercanía... Yo sé que es complicado, que a lo mejor es más fácil ir a un supermercado y comprar. Pero yo pienso que **mucha culpa la tienen los supermercados**, la compra en supermercados, grandes superficies, no supermercados. Nosotros vamos a un supermercado aquí cerca, pero es que es pequeño, no es un Carrefour de la periferia, estos que hay en los centros comerciales... Y eso yo creo que eso no es bueno. (...) Me parece que es una pena. Me parece que es una pena y lo que a mí me duele, lo que yo he **visto en los colegios, esa manera de tirar comida en el comedor** me ponía mala. Porque yo no comía a diario en el comedor escolar, pero había un día o dos que me tenía que quedar y yo a veces si iba a la cocinera y le decía: "Y ahora esto que ha sobrado, estas fuentes... ¿y delante de mí lo tiraba el cubo de basura. Y yo me quedaba... Es que lo tenemos que tirar...me decía..."*

*E5. Claro que al final es verdad que la **responsabilidad se pone siempre en el consumidor y la responsabilidad compartida, que se impliquen también las empresas**. (E5) (...) yo creo que es fundamental que las empresas se impliquen y probablemente si no es a través de leyes punitivas es complicado. Porque supongo que lo tiene muy estudiado para no haberlo hecho. Quiero decir, a todo se están sumando: a cosas relacionadas, feminismo, racismo... Cuando no lo han hecho con el desperdicio, supongo que han hecho sus números y no les interesa. Entonces me temo **que hasta que no venga una ley, una multa o lo que sea e imponerlo punitivamente...es difícil**.*

*E6. La verdad que me parece muy difícil, **porque cuando vamos a supermercados, sobre todo a supermercados grandes, y veo esas cantidades de cada alimento**, no sé, se me ocurre Carrefour que solemos ir, vemos unos montones de plátanos, montones de manzanas, que sí entiendo que vamos mucha gente a comprar, pero me parece tan excesivo esa cantidad de todo...Igual que de plátanos, yogures, de carnes, de todo. Que no sé muy bien, dónde estaría en los supermercados la forma de limitar eso.*

*E6. Yo misma que trabajo en sanidad, cada cena que **dábamos a los pacientes, uno de los dos boles se acababa tirando**. Porque no hay persona hospitalizada de determinada edad que sea capaz de comerse dos boles llenos de un puré espeso. Vamos que no me lo podría comer ni yo siendo joven. Y eso me dolía muchísimo. Yo planteé en el hospital en el que trabajaba que redujeran esas acciones, no tanto que las redujeran, sino que la adecuaran. Es decir, si una persona necesita dos boles, que le pongan 2, y el que se coma 4 que le pongan 4. Pero que el que con uno se apañe, que no tenga dos, porque el segundo se acabó la tirando.*

*E12. Es descomunal. Es algo que yo no entiendo, como no hay, **incluso una normativa que en cierta manera obligue a los establecimientos, sobre todo a las grandes superficies a no tirar la comida***

en los contenedores. O sea, eso es algo, es algo, de un degenerado. Mucha gente que está pasando mucha hambre en este país...

FG2. Ver la gente que por las mañanas busca comida en los contenedores de basura. Porque no hay que llegar a eso. **Ahí están también los propios supermercados, que están tirando mucha comida.** (M). Claro, los supermercados están obligados a tirar lo que se pasa de fecha, pero algunos hacen correr la voz y hay colas en algún supermercado esperando a que saquen los contenedores. (...) (H) **Habría que obligar a los supermercados a que donaran toda la comida que tienen, 3 días antes de que se caduque, a los bancos de alimentos.** (H)

FG3. **A los supermercados lo que les interesa es que haya consumismo.** No creo que ningún supermercado ponga una campaña de "compre menos" (M) Pero sería importante que hubiera una conexión entre agricultura y consumidor final, que se vea toda la cadena. [otra persona] Los anuncios por la tele, yo en mi caso no los veo...

ESTRATEGIAS DE MARKETING. Bajo esta forma de entender el desperdicio, no sorprende que algunas de sus quejas las dirijan contra las estrategias de marketing utilizadas por las empresas para atraer al consumidor y generar más ventas. Por ejemplo, los testimonios reflejan malestar con la forma en que se presentan los alimentos en los supermercados, con **envases grandes y acompañados de promociones u ofertas de productos casi irresistibles.** A modo casi de confesión declaran que todo ello repercute en sus decisiones de compra de alimentos y, posteriormente, en su desperdicio.

E1. **Igual alguna vez, que en los supermercados hay determinadas cosas que no puedes comprar en cantidades pequeñas...** o el queso rallado, que lo cierras mal y se hace moho... Pero no me suele pasar.

FG4. Yo el problema lo tengo con las cantidades. Porque hay cosas que no compro con mi compi, sino para mí solo...y el sistema no está pensado para comprar solo una unidad de algo. Yo no voy a perder toda la tarde para ir a algún sitio para comprar 2 filetes, 1 tomate... Y compro las que me ofrecen con más cantidades (no a granel) entonces, aunque congele la verdura que me sobra, **siempre voy a tener más de lo que realmente necesito y es más fácil que desperdicie. Aunque yo no quiera, compro más de lo que necesito y he calculado.** A veces pienso, por ejemplo: voy a hacer un arroz con todo lo que me ha sobrado...un calabacín, una berenjena, dos zanahorias... porque todo eso es lo que he comprado de más. (H)

FG1. Yo lo mismo, con el fiambre tengo un gran problema porque es que una vez abierto, por ejemplo, el jamón york que es muy sensible, aunque ahora tiene cierres un poquito más herméticos, no logro... muchas veces tengo que tirar...**como no venden en tantos sitios de cuarto o de medio, a lo mejor tengo que tirar.** Y queso alguna vez (...) Pero lo que os digo, cuando es **que me tengo que comprar los cuatro yogures o me tengo que comprar el litro de leche,** que a lo mejor no lo voy a utilizar si que es una sensación más de impotencia porque ya desde el inicio sé que lo tengo que hacer así y que no está en mi mano cambiarlo. (M)

FG8. Al final nunca vamos al supermercado a hacer la compra de lo que necesito para 5 días. **Por publicidad, por lo que sea, siempre compramos más** (M). Compramos por la vista. (...) Consumismo.

*Creo que compramos de más por puro consumismo. **Compro el 3x2**, vamos a gastar incluso cuando no podemos permitirnoslo. (M) Es verdad, los cubos de basura están siempre llenos. (M) Yo creo que ocurre porque **hay mucha oferta**, más consumismo. (H) Pero reducir la oferta sería imposible, para reducir el desperdicio. (H)*

Desde este punto de vista, **es evidente que la alimentación adquiere un relevante carácter político**, en cuanto que las decisiones que tomamos entre todos los actores moldean el tipo de sociedad y cómo nos organizamos colectivamente. Este pensamiento lo manifiesta expresamente la siguiente entrevistada:

*E5. Yo no soy vegetariana, pero sí que trabajo mucho con ellos [sus estudiantes] **la incidencia que puede tener el convertirte en vegetariano, la incidencia que tienen tus hábitos de consumo**. Hay una cosa que yo siempre les digo, que es eso de que "a mí la política no me importa" no es verdad, ni puede serlo, porque el consumir es el primer acto de política que cada uno hacemos. Y de ahí, **que entiendan que consumiendo están activamente interviniendo en política**. Por eso, que sean conscientes de ello y a partir de ahí, **que decidan cómo quieren intervenir**.*

iii. La incorporación de la mujer al mercado laboral

Otras de las consecuencias de nuestro modo de organización económica dominante y de la separación entre la reproducción y la producción es **la externalización o el desplazamiento de los cuidados a la esfera productiva**. A lo largo de las conversaciones con los participantes, se pone de manifiesto que las mujeres siguen desempeñando el rol principal de cuidadoras en el hogar y, en consecuencia, continúan siendo las responsables principales de las decisiones relacionadas con la alimentación de la familia.

*E1. **Quien hace el control de la comida soy yo**. No tanto por la cocina o quién cocina. Pero sí: hoy comemos esto o compramos esto o descongelamos esto. (...) Yo llego a su casa y a los 10 minutos estoy abriendo el frigorífico.*

*E3. No estoy todo el día cocinando, **pero sí que me lleva un tiempo y luego también te digo, que ellos no tienen nada que decir, ni pinchan ni cortan**; lo que yo cocino lo que digo yo, porque lo que me apetece a mí, lo que me venga bien a mí ese día hacer.*

*E4. Vivo con mi pareja, solamente somos dos en casa y de las tareas del hogar, aunque se comparten, **pues casi me ocupo yo más**.*

*FG3. **A mi madre le encanta cocinar, y se traga todos los programas de cocina**.*

*FG4. **Mi madre, mi madre se encarga**. Suele ir dos veces por semana, y una va al supermercado que hay en la zona y compra fruta, carne y huevos. Luego va a una pescadería, de confianza digámoslo así, a comprar el pescado. Y luego hace lo que llamo yo la ruta, a recorrerse todos los supermercados para*

coger el productillo que nos gusta a cada uno. "Esta mostaza que le gusta a éste, esto que le gusta a aquél". Entonces se recorre cuatro o cinco supermercados para coger... Mi madre lo guarda en la despensa, tenemos una cocina muy grande, entonces. Y luego carne, por lo general como suele comprar todas las semanas carne, lo que hace es compra, se hace más o menos mentalmente un menú de lo que vamos a comer, hace la compra y la congela. Y el día anterior pues lo saca para ir descongelando. Y luego, además, nos compramos un arcón de estos para guardar las bebidas que nos da más almacenamiento. (H)

FG5. Yo simultaneo **entre los táperes de mi madre y lo que cocino.** (H)

No obstante, su **incorporación al mundo laboral** ha conllevado una disminución del tiempo dedicado a dichas tareas. En comparación con otras generaciones, y en un contexto de *fast life*, la **alimentación ha quedado relegada a un segundo plano** y, como se desprende de las múltiples intervenciones de los informantes, es algo que se gestiona como buenamente se puede, el resultado de sortear otras tantas obligaciones dentro y fuera del hogar.

E3. No me gusta, nada cada vez menos y porque además que es que veo que es un trabajo que no lleva a ninguna parte... y **que me lleva mucho tiempo porque cocino no es el calentar o el bueno voy a hacer un filete. Me lleva mucho tiempo y cada vez me pesa más.** (...)

E5. Porque hay mucha comida, y es un problema no sé si de mi generación o de las siguientes; **nosotras cocinamos mucho menos y hacemos mucha menos cocina de aprovechamiento.** Por ejemplo, yo me hartó de ver a mi madre hacer croquetas, pero nosotras no hacemos croquetas, no hacemos albóndigas, no hacemos cosas así un poco más complejas que implican aprovechar. Yo creo que es fundamental cocinar.

E6. **Sí que creo que generación tras generación hemos ido perdiendo el tener una figura en casa alguien que se dedicara a ese control.** Pues yo creo que en todo esto tiene que ver también la que las mujeres nos hayamos incorporado al mundo laboral y no salgamos de **esa vorágine de madres trabajadoras cuidadoras principales en general en la mayoría de los hogares.** (...) Entonces yo creo que es verdad **que antes se pasaban las necesidades, pero antes también hay persona que se solía dedicar a la casa y que no salía prácticamente de la casa.** Me refiero a no salir en cuanto al mundo laboral, no a no salir, que las mujeres espero que saliesen mucho. **Yo creo que ahora no hay nadie que esté en la casa el suficiente tiempo como para darse cuenta de esas cosas, porque nos come el día a día, a mí misma.** Me comía, antes de tener a los niños, la vida social, el salir de noche... que llegabas a casa, y podría haber cosas en la nevera, ni sabes desde cuándo. **Ahora estoy más tiempo en casa y me centro más en el cuidado de los niños y yo creo que eso ayuda al orden y al aprovechamiento de todo.**

E14. **Nosotros para el trabajo utilizamos los que es Wetaca, es decir que al principio de la semana, compramos en general lo que va a ser las comidas para toda la semana.** Pues, él se encarga de la compra una semana y yo otra, y es normalmente lo que nos llevamos para el trabajo

FG3. Sí que llevo táper, pero son comidas muy sencillas, me **hago algo rápido, no como cuando comía en casa de mis padres que eran cosas más elaboradas.** Y además para llevarlo al trabajo, que se conserve bien, que no se derrame en la mochila... esas cosas. (H)

iv. La alimentación como acto funcional e individualista

Las tensiones que hemos identificado hasta ahora tienen lugar en un contexto donde además **el sentido colectivista de la comida está en declive**. Aunque la alimentación sigue teniendo un claro carácter socializador (y político), **el aspecto de comunión que tradicionalmente ha tenido la comida está desapareciendo en nuestra sociedad**. Durante la semana, alimentarse es un acto meramente funcional, algo que se soluciona individualmente (los adultos con un táper y los niños en el colegio). Los encuentros con familiares y amigos no pueden llevarse a cabo de lunes a viernes porque no hay tiempo para ello y, por lo tanto, es un acontecimiento que se reserva solo para los fines de semana. Esta forma de relacionarnos con los alimentos no solo parece estar influyendo negativamente en la forma en la que percibimos y nos relacionamos con la alimentación, sino que pone más presión en los encuentros colectivos y en el rol anfitrión que se adopta, lo que a su vez es, como vimos, un facilitador del desperdicio.

E3. Pero yo creo que el fin de semana lo podían también, a lo mejor, dedicar a eso, a disfrutar de una comida juntos... Pues yo creo que tampoco lo hacen, no lo sé, pero yo creo que tampoco lo hacen y me parece una pena. Porque es todo eso, o van al McDonald's, o bueno, yo he visto niños de mi clase, ir a McDonald's y casi sin dinero, pero claro también es verdad que por 1  les daban una hamburguesa.

FG8. Solemos comer los cuatro juntos los fines de semana porque trabajamos cada uno y tenemos unos horarios diferentes totalmente. Entonces tiramos de táper, generalmente. Y el fin de semana comemos todos y s, ahí suele cocinar mi madre, yo, una de las dos según nos apetezca. (M)



INSIGHT. Vivimos en una sociedad muy compleja con múltiples problemas interconectados, resultado de las acciones de diversos actores y en la que es difícil identificar un único responsable y, menos aún, proponer una única solución. A menudo en este entramado de actores, causas y soluciones, las causas constituyen, a su vez, otros problemas complejos: es lo que llamamos *wicked problems*. Las narrativas de los consumidores dejan entrever esta realidad.

En este contexto es muy importante no olvidar que el consumidor, aunque lo intente, no es un héroe. Todos los días ha de desempeñar distintos roles (madre/padre, amiga/o, hija/o, trabajador/a) y cada uno demanda su atención y esfuerzo. En las narrativas de los informantes es constante su frustración de querer, pero no poder, darle a la alimentación un papel más relevante

en su vida. **En la mayoría de los casos alimentarse mejor aparece más como un objetivo aspiracional que real**, más cercano al concepto del *yo ideal* que del *yo real* (al menos el yo real de entresemana). No solo ha de gestionar su día a día, sino que, en ocasiones los eventos irrumpen en su vida.

IMPLICACIONES PARA LAS CAMPAÑAS. Sería recomendable que reconocer expresamente la complejidad en la que vive el consumidor y, así, empatizar con él/ella, intentando no culpabilizarle, ni cargarle de más “responsabilidades”, sino acompañándole en el proceso de aprendizaje, para que sea consciente de los beneficios que reporta una alimentación más sostenible a las personas, al medioambiente, a los trabajadores y a los animales.

4.2.7. ¿Qué sienten al desperdiciar alimentos?

En este apartado se pretende ahondar sobre el efecto que tiene en las emociones y sentimientos de los consumidores reconocerse en el ejercicio real de despilfarrar alimentos y/o en cambio, aprovecharlos dentro de su hogar. A continuación, se exponen los principales hallazgos sobre las emociones y los sentimientos que los participantes evocan mediante el recuerdo y/o la imaginación de expectativas con relación al desperdicio y al aprovechamiento alimentario.

Estos resultados vienen a condensar las categorías más relevantes identificadas en el estudio de campo cuando se les planteaba a los informantes las siguientes preguntas: *¿Qué emoción experimentan cuando tiran alimentos?*, y *¿Por qué me siento de ese modo al desperdiciar alimentos?* Como se observará, en la mayoría de los casos, los participantes asocian el desperdicio y el aprovechamiento a ciertas emociones y sentimientos. Si bien, como decíamos en la revisión de literatura, estos dos conceptos, aunque relacionados, son diferentes. Como bien pone de manifiesto uno de los entrevistados al reflexionar sobre lo que siente al vivir el desperdicio y el aprovechamiento, los primeros son más efímeros que los segundos:

FG3. La emoción es algo rápido y el sentimiento es lo que queda. La sensación buena dura más tiempo (H)

Emociones negativas asociadas al desperdicio

i. La culpa, el malestar y la tristeza

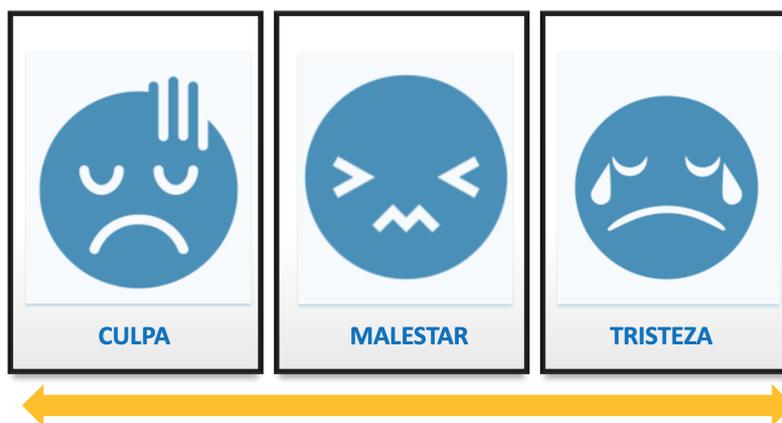
Parece haber en primer lugar una clara tendencia a moverse en el espectro de la emoción básica de tristeza. Pero como cabría esperar, existe una confusión entre las distintas emociones que se experimentan. Algunos incluso, reconocen antes **la culpa (emoción secundaria con carga moral)** que les genera tirar alimentos **o el malestar** (sentimiento) que les invade antes que manifestar públicamente **la emoción básica que está detrás** de las anteriores: **la tristeza** (ver Figura 4). Las siguientes citas muestran cómo se sienten los participantes del estudio:

E15. Me siento mal...

*FG2. Yo he puesto **malestar**, porque creo que esa es la que **genera la rabia, la culpa, la pena...** es como un poco todo (FG1, M). Yo también, como ella. (M).*

FG5. Lástima, dolor, pena (Post-it)

Figura 4. Emociones negativas de culpa, malestar y tristeza



Cabe destacar que **las emociones negativas** suelen aparecer de manera casi inmediata asociadas **a las motivaciones altruistas** que identificamos más arriba en el estudio al analizar por qué se

condena el desperdicio alimentario. Así, las emociones negativas aparecen especialmente ligadas al tema de la pobreza o las “colas del hambre” (FG4, FG5, FG6). Tanto en las entrevistas como en los focus groups son numerosas las referencias **a la tristeza y la culpa** que provoca el tomar conciencia de **la falta de solidaridad o el sentimiento de injusticia que, para ellos/as, supone todo acto de desperdiciar, sabiendo que hay seres humanos que están en situación de vulnerabilidad económica:**

E3. Me parece que es una pena. Me parece que es una pena y lo que a mí me duele (...) me ponía mala.

E15. Me siento mal porque en mi casa siempre se ha guardados las sobras, no se ha tirado nada, aunque fuera un táper de dos dedos y es verdad que no tiene mucho sentido guardar esa cantidad pequeña de comida. (...) Yo me siento mal... y le pregunto a mi pareja ¿esto lo guardamos o lo tiramos? Y me dice, “lo tiramos” porque es verdad que no tiene sentido ...pero también pienso que lo podemos guardar y re-versiona, pero no solemos hacerlo.

*FG1. Y luego, además, si miras alrededor ante **situaciones que sabes que hay de necesidad**, a mí también por eso **me viene esa culpabilidad**. Porque tirar comida, no sé, creo que **somos una sociedad que tiramos de todo, o sea de energía, de comida...** (M)*

*FG2. Mi madre me mata, lo decía porque los niños de África no tienen para comer...y tú lo tiras...**Es un cúmulo de emociones...**podría ser **culpa** (M)*

*FG2. **Pena por las personas que pasan hambre** (H)*

*FG3. **Melancolía**. En mi caso hace referencia a recuerdos de la infancia (M). (...) Yo también, por las cosas que veía en la tele, **de gente que pasaba hambre** (H) (...) La **decepción** es conmigo misma, por tirar algo que te puede servir, o que puede alimentar” (M)*

*FG5. No sé, el **cargo de conciencia viene de una responsabilidad y ésta de una empatía...**no se sabe dónde empieza. **Porque hay personas que pasan hambre.** (M)*

*FG8. **Pena por las personas que pasan hambre** (...) en África se están muriendo de hambre... (H)*

Dado que las motivaciones para no desperdiciar comida están mezcladas en los discursos de los consumidores no es de extrañar **que tanto la pena como la culpa** también aparezcan conjuntamente cuando se reflexiona sobre el **despilfarro de recursos propios**, ya sea dinero, tiempo o esfuerzo. Aunque, en estos casos, el dolor que sienten parece estar más cerca de la **vergüenza o la culpa social**. He aquí algunos ejemplos:

*E1. Por una parte, **es tirar dinero**, y luego sabiendo que **hay gente que el día a día no puede comer**, estar tú tirando comida, **me parece fatal**.*

E4. Yo creo que un poco de los dos realmente, por ejemplo, **me ha costado un dinero y lo estoy tirando**, pero en casa lo que nos pasa más es la fruta la verdura; es lo que menos valor económico tiene, pero no deja de ser una cosa **de decir: "qué pena" que pena que hayas tirado esto**.

E6. Bueno, claro, es desperdicio, **pero si además del desperdicio tu economía se resiente**, si llega el día 25 de mes y tengo comida para tirar y no tengo comida para darle a mis niños, pues claro **que me duele el desperdicio**, pero me duele aún más que mis niños se puedan comer porque yo he sido un desastre a la hora de organizar.(...) **pero si además del desperdicio tu economía se resiente**, si llega el día 25 de mes y tengo comida para tirar y no tengo comida para darle a mis niños, pues claro que me duele el desperdicio.

E10. **Lo que de verdad me da pena** es cuando llega algo del pueblo, yo no he procesado, bien por pereza, procesado es este proceso que hago yo de meterlo en el congelador, bien por pereza o bien porque he dicho iba a hacer, me pasa muchas veces con las berenjenas, que no las ubico yo. Entonces llegan las berenjenas del pueblo, yo digo "**sí, sí, espera que voy a hacer una receta riquísima**". **Hace nada tiré, porque no lo había hecho, y eso me da una pena horrible**.

FG1, Porque lo estás tirando y **hay gente que pasa hambre**, y al final no te lo has comido y **te tienes que gastar más dinero, volver a comprar...** No lo he aprovechado y he tenido que tirarlo (M) (...) [Hablando de la última vez que tiró algo] Era queso del de lonchas y tenía pinta rara. No tenía moho, pero se veía raro. Y no tenía mucho tiempo, y me dio **pena**, pero mi madre ante la duda lo tiró". (H)

FG2. **Vergüenza**, aunque nadie me mire ni vea lo que tiras (M) **Vergüenza**: en el momento en el que lo estoy tirando ya estoy pensando "**estoy tirando recursos, dinero y tendré que volver a cocinar**" (H) (...) Yo creo que primero es el tema **de tengo que volver a cocinar, recurso**, y luego lo de que otros no tienen (H)

FG5. Yo creo que **pena y malgasto**, porque al final **si tiras algo te da pena**, y a parte te **sientes idiota porque dices ¿para qué lo he comprado? ¿Sabes?** (H)

D4. Cuando me descubro tirando algún resto de alimento siento **cierta culpa moral**, como si de repente, de golpe, me vinieran todos los mandatos parentales que nos recuerdan qué debemos hacer o qué no respecto al DA, y claro, esto me coloca "fuera de juego". (H)

D9. La gestión de mi **mala conciencia o mi culpa** por tirar alimentos es lo que me lleva a estar muy pendiente de lo que compro, lo que cocino, etc...tratando de autorregularme.

D10. **Tiré por el desagüe del fregadero, 3 pequeños restos de café que cuando sobra en la cafetera**, guardo en tarros de cristal en la nevera, para, o tomar en algún otro momento del día, o hacer tiramisú, etc. Mi conciencia emocional, se quedó algo agitadapor no haber conseguido frenar ese pequeño desperdicio de resto de café. Me quedé verdaderamente con **mala conciencia y culpa** y no por lo que valga en sí, sino por no haber encontrado la manera de que cuando pongo la cafetera, no me sobre tanto café, lo justo para el chupito de café de la tarde...**pero no doy con la medida...me esforzaré en ello**.

ii. La rabia, la frustración y la ira

Tras la tristeza, la pena y el malestar que provoca reconocerse tirando alimentos, aparece con gran fuerza y frecuencia otra **emoción básica, la ira o el enfado**. Pero, como ocurre con la tristeza, esta otra emoción principal es reconocida a partir de **la rabia (emoción secundaria)** y de **la frustración (sentimiento)** que provoca verse obligados a tirar algún alimento. La Figura 6 representa el espectro de estas emociones.

Figura 6. Emociones negativas de culpa, malestar y tristeza



Aunque es difícil afirmar que existe un patrón en las emociones, los datos parecen indicar que los jóvenes y aquellas personas que viven en condiciones más “precarias” son los que reconocen o verbalizan con mayor intensidad esta emoción: el hecho de tener que tirar alimentos les enfada porque **teniendo necesidad de ahorrar, el propio hecho de desperdiciar comida les supone una pérdida económica y, eso les hace sentir impotencia y frustración**. Claramente, la situación de verse tirando alimentos les sitúa en un estado de **disonancia emocional**, que intentan combatir con distintos mecanismos de defensa, como por ejemplo recurriendo a argumentos de neutralización, especialmente a la técnica de negación de responsabilidad (ej. falta de tiempo, envases y formatos de venta).

*E3. Yo sé que es complicado con la vida que llevamos, comprar a menudo y en cercanía... Yo sé que es complicado, que a lo mejor es más fácil ir a un supermercado y comprar. Pero yo pienso que **mucha culpa la tienen los supermercados**, la compra en supermercados, grandes superficies, no supermercados. (...)*

FG1. **Cuando alguna vez andas mal de recursos, y te has visto incluso en un banco de alimentos, y entonces cuando tienes y tiras sientes mucha rabia.** Las veces que me ha faltado...y ahora que tengo se me ha puesto malo por no mirar las fechas de caducidad... **da rabia.** Como con el arroz con leche del otro día...no miré que caducaba a los tres meses y lo tenía caducado hace tiempo". (M)

FG2. **Enfado:** yo no tiro, tira mi madre por mí y **me mosqueo** con ella. Porque igual tira una pera que está medio pocha y ella, para que no me haga daño, la tira. (H)

FG3. A mí también me daría mucha rabia un producto (cocinado o no) **que haya costado caro:** salmón, carne...(H)

FG4. **Pero** lo que os digo, **cuando es que me tengo que comprar** los cuatro yogures o me tengo que comprar el litro de leche, **que a lo mejor no lo voy a utilizar si que es una sensación más de impotencia** porque ya desde el inicio sé que lo tengo que hacer así y que no está en mi mano cambiarlo." (M) (...) A mí me da mucha rabia con la **fruta** (M).

FG5. Me cago en la... **Mala leche, rabia.** (Post-it)

D10. Tirar la piel del calabacín, **me ha dado un poco de rabia,** porque realmente al cocinarlo, no sabe mal, y tampoco sienta mal, yo creo que lo tiramos porque "lo verde" no le mola a mi husband...y eso a mí me da lástima.

Aunque la rabia y el sentimiento de frustración también están presentes cuando se piensa en los **recursos naturales y procesos** que hay detrás de la producción de los alimentos:

FG2. **Injusto** también puede estar cerca del **medio ambiente,** la injusticia de **cargarnos el planeta.** (M)

FG3. **Mucha rabia tirar comida,** es **antiecológico** y además va todo hacia el desagüe. (M) (...) Ahora mismo es en lo que más pienso cuando tiro un alimento, **antes era más por una cuestión de la gente que lo pasa mal. Pero ahora el esfuerzo, energía que se ha gastado para producir ese alimento me da mucha rabia.** Las máquinas cosechadoras, el trabajador (bueno, ahí esa persona ha tenido su remuneración o beneficios) pero toda la energía de los camiones, barcos, transporte hasta mi casa... toda esa energía. (M). Tal **vez coste de recursos** (económicos, personales y ambientales)" (M)

Estos sentimientos negativos parecen asociarse con frecuencia a las reflexiones sobre uno mismo y el resultado de la evaluación personal impacta en nuestra autoestima personal para bien o para mal. En estos casos, el desperdicio también molesto, como ya apuntamos, **es interpretado en clave de fallo propio, en el sentido que "demuestra" una falta de planificación.** En otras palabras, el sentimiento de rabia, enfado o frustración tienen su origen en no haber sabido organizarse mejor:

E5. Porque si acabo tirando cosas es **que algo me falla.**

E6. En realidad, **me duele un poco todo, o sea, cuando no me he organizado bien** y tengo que tirar, aunque sean tres hojas de lechuga, me duelen, porque son tus hojas de lechuga que se están desaprovechando. Y pienso que no son solamente más; es que tanta gente al día tirando y tirando

cosas, pues es mucho (...) **pero si además del desperdicio tu economía se resiente**, si llega el día 25 de mes y tengo comida para tirar y no tengo comida para darle a mis niños, pues claro que me duele el desperdicio, **pero me duele aún más que mis niños se puedan comer porque yo he sido un desastre a la hora de organizar esto.**

E7. **Como cuando se te muere una planta... qué rabia; luego también eso, el dinero...**El asco, bueno, el asco es lo de menos, lo de las patatas las tengo en la cabeza porque olía muy mal... **pero es más la impotencia** de si esto no lo hubiera comprado no hubiera acabado en la basura”, y si lo hubiéramos cocinado, pues lo mismo... (E7)

E15. **No hacemos una buena planificación de las comidas semanales** y como no preparamos el menú semanal y vamos mal de tiempo, comemos algo rápido, plan pasta...por la noche muchas veces pedimos...

FG1. **Rabia** porque no me lo he comido antes. A veces lo huelo e intento comerlo...pero es que lleva más de un mes caducado...”. (M) Por qué no me habré dado cuenta antes...**Remordimiento, malestar, culpa... Y por mi falta de previsión** (M) ... Si son, pues eso, a mí es que no me gusta tirar comida es algo que no, no sé, considero que hay mucha necesidad y **por un descuido mío pues no me siento desde luego bien...** (FG1, H). Pues sí. **Me mosqueé mucho conmigo misma**, por eso. **Porque vaya fallo has tenido. O sea, tenías que haber estado más atenta** (M)

FG3. **Si lo he olvidado ha sido por falta de organización**, porque he comprado demasiado sabiendo que se podía estropear o porque no me he organizado. (H)

FG8. **Error. Creo que es un error que cometo**, porque hago más comida. Además, es que sé que dentro de tres días no lo voy a comer. (M)

Emociones negativas según el tipo de desperdicio

Por lo general, los participantes declaran no reconocer, al menos en un primer momento, diferencia alguna entre los distintos alimentos que desperdician. Como ya apuntamos: cualquier desperdicio parece igualmente condenable y las emociones negativas afloran cuando se piensa en el desperdicio o se acuerdan de cualquier acto de desperdicio. No obstante, a medida que se profundiza en la cuestión y los informantes reflexionan e intercambian impresiones entre ellos, sí empiezan a asomar ciertas diferencias entre las emociones y los sentimientos que experimentan dependiendo **del tipo de alimento que termina desechándose**. Concretamente, del estudio de campo se han detectado **cuatro patrones** que explicarían estas diferencias: **(1) el valor percibido;**



(2) el esfuerzo invertido; (3) la cantidad desperdiciada; y (4) el uso dado. Veamos con mayor detalle cada uno de los cuatro factores.

i. El valor percibido

En primer lugar, nos encontramos con que el tirar un producto del que se percibe tener mayor valor económico conlleva emociones negativas de mayor intensidad. Como dijimos, la carne y el pescado son los alimentos que se perciben más caros, por lo tanto se intenta a toda costa evitar desperdiciarlos y, cuando se hace, “duele” más. Hay que puntualizar que la valoración que realizan nuestros informantes la hacen principalmente teniendo en cuenta el precio final dado al producto en el mercado y que, por lo tanto, ellos tendrían que pagar si quieren adquirirlo. En este sentido, vemos que la **valoración es esencialmente monetaria**:

*E2. Sí, claro, si tiro **carne o pescado me duele más** que si tiro un tomate. Es por el valor económico también. No es lo mismo una dorada que un puerro. La carne igual.*

*E3. Luego es que es más caro en proporción que la carne. A lo mejor la carne tiene más variedad de precios. En pescados no tanto. **Los pescados es lo que más le dolería.***

*FG8. A mí **la carne porque es más cara** (H). Yo creo que cuando es verdura...que igual por ejemplo no te gustan las espinacas... lo que es barato o no me gusta... (M). Por ejemplo, la ternera me da igual porque yo no la como. (M) Yo lo que más tiro en casa y por ahí son las patatas. (H) No les doy valor... casi siempre sobran y tiramos patatas (H)*

*FG7. A mí también me daría mucha rabia un **producto** (cocinado o no) que haya costado **caro**: salmón, carne... (H)*

El precio del producto es un factor muy relevante para los participantes y muy raramente se **refieren a otros costes**, por ejemplo, los referidos a los recursos naturales, al sufrimiento animal o el esfuerzo humano implícito en su producción. Estos otros costes los encontramos en aquellos sujetos que son más sensibles hacia los procesos de producción. Las siguientes citas reflejan esta preocupación:

*E2. Otra parte tiene que ver también, no por el precio más o menos caro, aunque esa variable también es importante; pero **también para que tengamos el pescado o la carne tiene un proceso más largo hasta la mesa**. También el tomate, pero le doy más valor (...) **Con el animal también, pero no tengo esa conciencia animalista tan desarrollada** (...) **El valor de los alimentos tiene que ver con el esfuerzo, el proceso hasta que llega a nuestro plato**. Eso también está vinculado.*

E3. *Me da pena todo. El pescado tal vez, me costaría mucho tirarlo.* [Equipo investigador: ¿Por qué?] *Lo valoro mucho, más que la carne.* [Equipo investigador: ¿Porque es algo cualitativo en la alimentación que tiene su precio?] *Y además es un trabajo, el de los marineros, muy duro. Luego es, que es más caro en proporción que la carne. A lo mejor de carne tiene más variedad de precios. En pescados no tanto. Los pescados es lo que más le dolería.*

ii. El esfuerzo invertido

Otro de los elementos que sirven para discriminar lo que experimentan al desperdiciar es la **percepción que tienen de los recursos, como el tiempo, la planificación y la energía, invertidos en la producción y la preparación del alimento.** Así, parece ser que duele más el desperdiciar algo que ha sido **cocinado por ellos y, especialmente, por un ser querido.** Este resultado podría explicar, al menos en parte, el hecho de que no tiren (o declaren no tirar) comida cocinada y que, en cambio, sean los frescos, como ya vimos, los que con mayor frecuencia acaban en el cubo de la basura.

E5. *Lo cocinado, lo cocinado me enfada el doble. Porque al final desperdicias el alimento, más el esfuerzo de cocinarlo, más tal... Lo que más me enfada tirar es lo cocinado.* (E5)

E6. *Las cosas que yo cocino, aunque a veces sepan a rayos; una receta que buscas nueva, no sé, y que los niños dicen que no hay quien se lo coma, pues yo hago de tripas corazón y me lo como, por el esfuerzo de haberlo hecho. A lo mejor tienen una pinta perfecta, son unos donuts monísimos, pero que al llevar tan poca azúcar o llevan tanto chocolate negro, para los niños no es agradable y para mí, igual tampoco. Intento buscar, a ver si mojándolos en leche, a ver si así varía un poco el sabor. Eso me duele muchísimo, las cosas que me han llevado tiempo. Además, incluso he comprado algo específico para hacerlas, que no se suele tener en casa o así... eso la verdad que me duele bastante. (...) Pero si lo estoy elaborando yo, pues me duele más porque he dedicado mucho tiempo. Bueno por tiempo en hacerlo y prepararlo, muchas veces también le he dedicado cariño, por hacérselo a los niños, un bizcocho, no sé qué y luego no sube y esas cosas, si es la verdad que me da mucho mucha pena.*

E7. *Sí claro, los pimientos, al horno los de pelado tal... no sé que lo acabo, pero suele ser menos por eso, porque ya me lo como, aunque me cabree a mí misma... me lo como, aunque sean dos veces los mismo, o esté un poco ya mal. Bueno, tampoco que no como las cosas con moho...pero yo qué sé, alguna vez he hecho un bizcocho y ya el último día estaba duro, pues me lo como y me lo mojo con el café.*

FG1. *Yo [tiré] macarrones, porque me pasé, hice demasiados y ya no me apetecía comer más macarrones. Los tiré. Los hice yo, no fue del táper de mi madre...(H)*

FG4. *Si voy a comer a un restaurante con un amigo, y pedimos cosas que sobran, vemos más normal que se tire eso, que lo que hemos cocinado. Si lo hemos cocinado nosotros, tal vez lo guardemos, pero si es del restaurante, lo tiramos. Ahí nos da menos reparo. (H) O cuando te vas a un buffet, que te llenas los platos y no te lo vas a comer todo... (M) Y aunque lo pidas para llevar, luego llegas a casa y al final acaba en la basura. (H).*

Algunos de los informantes, además, experimentan distinto tipo de emociones y sentimientos según la comida haya sido preparada por ellos o por un familiar o amigo: en el primer caso parece estar más asociado al **enfado**; en el segundo, **a la tristeza**, como se refleja en las citas siguientes:

FG7. [Rabia] Tal vez lo cocinado provocaba un sentimiento mayor... porque habías dedicado esfuerzo en cocinar... También porque había costado dinero (M). Yo cuando cocino mucho y me sobra, la comida que cocino yo (H). La cocinada (M).

FG7. [Tristeza] Los que te cocina tu madre (M). Sí, lo que te ha cocinado algún amigo (H)

iii. La cantidad desperdiciada

Otro de los factores que afecta el cómo se experimenta el hecho de tirar alimentos es la cantidad que acaba en la basura. En este sentido, se observa que para los informantes **es más perturbador tirar más cantidad de comida de una vez, que tirar poca cantidad**. Este resultado podría explicar, al menos en parte, lo que comentamos en otro momento del informe acerca de que los participantes de nuestro estudio no mencionan las sobras de los platos como desperdicio alimentario. Puede ser que no le den mucha importancia y que, además, pase inadvertido (o en su mente esté justificado) por ser poca cantidad.

E7. Lo de "no pasa nada por tirar solo un poco" lo he oído en muchas casas, no solo en la de mi suegra, pero no pasa nada porque era un poco. O "hay que comerse todo en el momento, o si no se come el momento es a la basura" Y para mí eso, pues mira, yo me lo llevo y con otro poquito que ha quedado que lo mismo me salva eso, con otro trozo de tal y una cena.

E15. Si no quiero más y no hay una ración para uno o para dos no vamos a guardarlo en el frigo para tirarlo después. La verdad que no tiene mucho sentido guardar esa cantidad pequeña de comida.

*FG4. Yo no tanto un producto concreto, como la cantidad. Un bocata, por ejemplo, el pan que no me como, en tres horas ya no hay quien se lo coma... y lo tiro. Si ya me he saciado y no le puedo dar uso, más uso, lo tiro. (...) **Sí, depende de la cantidad que deje.** Por ejemplo, si voy a un italiano y nos pasamos porque nos encanta la pasta y la pizza, y **prácticamente ha quedado una pizza entera o un plato de pasta, sí que me lo llevo.** Además, lo he pagado. **Pero si me sobran cuatro macarrones, pues no lo llevo.** (...) Yo que suelo ir a hacer muchas rutas, y me llevo un bocata, **pues si no me lo termino es probable que también lo tire, o si me compro una bolsa de patatas, las tres patatas que no me como...** (M)*

4. El uso dado

Finalmente, si lo cocinado provoca malestar entre los informantes, igualmente lo despierta cuando se tiran alimentos **que están intactos por no haberlos utilizado**. Generalmente son verduras y frutas, pero también pueden ser productos envasados sin abrir. En estos casos, la pérdida se entiende y se vive como un gran desperdicio porque se siente que el fin para el que el alimento se produjo (y se compró) se ha visto frustrado. En otras palabras, el proceso que implica su producción, su transporte, su distribución, su compra y su almacenaje ha sido totalmente en vano.

E7. ¡Ah, sí!!!, pues es algo entero, yo que sé, una vez una pieza de verdura entera, unos puerros de un paquete de puerros entero, porque están ya negros o que huelen mal o patatas que se me han llegado a pudrir y aparece ahí el olorcillo...ese tipo de cosas y decir: ¡ya no puede pasar más esto, hay que estar más atenta (...) Sí, la verdad es que no sé, pero como que me duele un poco menos tirar un puñado de espaguetis que una berenjena entera.

Lo que no está cocinado da más pena, porque no lo has aprovechado de ninguna forma, ni lo has tocado y da más rabia.

4.2.8. ¿Qué sienten cuando no desperdician?

En este apartado exponemos los resultados hallados cuando se les invitaba a los participantes que primero se imaginaran que **al cabo de una semana no hubieran tirado ningún alimento y/o hubieran aprovechado todos los alimentos** para, posteriormente, pedirles que respondieran a las siguientes preguntas: *¿Qué emoción os generaría? ¿Qué emoción experimentáis cuándo aprovecháis los alimentos o las sobras?*

ALEGRÍA, ORGULLO Y SATISFACCIÓN PERSONAL. En respuesta a esas preguntas, parece haber en primer lugar una clara tendencia a experimentar un *pool* de emociones secundarias, estados emocionales y sentimientos que se mueven a lo largo del espectro de la emoción básica: la **alegría**. Pero como cabría esperar, y como ocurría al analizar las emociones negativas, existe una confusión entre las emociones. Así, algunos identifican esa alegría que les genera aprovechar los alimentos con **el orgullo (emoción secundaria con carga moral)**, mientras que otros la expresan más fácilmente en forma de **autoestima (sentimiento)** (ver Figura 7).

Figura 7. Representación del espectro de las emociones positivas experimentadas al aprovechar



Más concretamente, cuando los participantes se descubren aprovechando alimentos, **manifiestan sentirse felices y en paz, con una gran sensación de bienestar y satisfacción consigo mismos**, al haber logrado ser responsables (“el deber cumplido”) y aprovechar los alimentos en vez de tirarlos, como muestran las siguientes citas:

FG4. La cosa inicial está clara que sería el ser creativo, resolutivo, útil, que es lo que nos va a hacer sentirnos responsables, por tanto, un bienestar y por lo tanto orgullosos de nosotros mismos como ciudadanos, como persona. H)

FG2. Yo voy a matizar un poco lo que has dicho, pero estoy de acuerdo: primero la superación, porque me he propuesto algo, he llegado. Luego el buen trabajo y todo unido me produce felicidad. (M)

FG3. El orgullo me llevaría a la felicidad. La felicidad al equilibrio. ¿Felicidad y alegría es lo mismo? La felicidad es más intensa. (M)

Como ya decíamos en la revisión de la literatura, la **emoción tiene una carga muy intensa por lo que su durabilidad es breve y efímera solicitando de manera automática una respuesta a la acción**. En el caso del desperdicio, resulta además muy interesante que cuando se les pide que comparen entre las emociones y sentimientos que genera el desperdicio frente al aprovechamiento, ellos mismos responden **que el aprovechamiento produce una respuesta más duradera que cuando se desperdicia**. Esto se explica por la necesidad del sujeto de gestionar las malas experiencias y la disonancia emocional y cognitiva que sufre cuando desperdicia:

FG2. [Las emociones negativas ligadas al desperdicio] Duran segundos. (Varios participantes)

FG2. Yo creo que la **primera tiene una duración más corta** porque es algo que hemos hecho toda la vida: tirar. No hemos sido conscientes. Pero **cuando hemos conseguido ese reto, esa felicidad o esa emoción dura más y me ayuda** (motiva) a seguir intentándolo (H).

FG2. Yo creo que la **positiva dura más y anima a seguir aprovechando** (M)...

FG2. **Y si es colectivo da más felicidad** (H).

FG3. [las emociones negativas ligadas al desperdicio]. **Tal vez minutos, en mi caso** (H)



INSIGHT. Como vemos, para los participantes, la condena del desperdicio alimentario no solo se apoya en argumentos cognitivos y experienciales sino también en emociones y sentimientos. Tanto el pensar en el desperdicio, como concepto general, como el recordar actos concretos de desperdicio llevados a cabo por ellos, o en su presencia, les provoca claramente una reacción emocional negativa. Incluso en aquellos perfiles de informantes con actitudes más indulgentes consigo mismos, resulta llamativo el despliegue de emociones que el fenómeno genera.

No obstante, los datos también ponen de manifiesto que el consumidor **padece una gran ignorancia emocional**. Las mujeres y los hombres de nuestro estudio saben que les “duele” o que les “molesta” el desperdicio y son capaces de identificar cuándo se encuentran en un estado emocional positivo y negativo; sin embargo, no son capaces de distinguir con claridad las diversas emociones y sentimientos que experimentan. Y es que, desafortunadamente, hablar de emociones, también cuando se trata del consumo, sigue siendo poco habitual en nuestra sociedad actual, donde dominan los argumentos racionales.

IMPLICACIONES PARA LAS CAMPAÑAS: Es por ello por lo que, para cualquier campaña dirigida a conseguir sensibilización y cambios de hábitos de consumo, **se recomienda apelar no solo a la razón sino también a la emoción**. Es más, sería aconsejable que los mensajes actuaran tanto a **nivel de las emociones como de los sentimientos**, precisamente porque podrían conducir a las personas a tomar acciones más inmediatas, pero también duraderas.

Por otra parte, atendiendo a las distintas emociones observadas en el estudio, se recomienda que las campañas dirigidas a concienciar sobre el problema y a modificar conductas **hagan hincapié en las emociones y sentimientos de valencia positiva más que en las de valencia negativa** dado que éstas últimas invitan al consumidor a observar(se) con mayor detenimiento y modificar su

hábitos de conducta, mientras que las primeras promueven el auto-castigo, lo que es contraproducente por el poder paralizador que dicho sentimiento produce en el sujeto. En este sentido, resultó especialmente de interés constatar el malestar de algunos de los participantes por la carga de “emociones morales” con las que se realizan muchas campañas de sensibilización, para cualquier aspecto, y que finalmente les hace sentir muy incómodos. Y ante la pregunta concreta de si las campañas deberían apelar a emociones positivas o negativas, **hubo una gran aceptación por cargarlas con mayor positividad:**

FG2. ¿Y las campañas deberían apelar a las emociones positivas o a las negativas? A las positivas, porque las negativas ya las vemos cada uno. (M) Yo en las positivas, porque ya estamos hartos de que nos machaquen con lo malo (H)

En definitiva, **los consumidores prefieren la neutralidad elaborada a partir de información pertinente y relevante acompañado de humor o de mensajes que provoquen emociones positivas, frente a mensajes culpabilizadores que lo que provocan son defensas perceptivas.**

4.2.9. ¿Qué proponen ante el desperdicio alimentario?

Al final de cada herramienta de análisis cualitativo, se les pedía a los participantes de la muestra propuestas que pudieran mejorar el aprovechamiento frente al desperdicio para trabajar en posibles campañas de sensibilización “Desperdicio “cero” / Aprovechamiento total”. Cuando se les abordó sobre las ideas para las campañas, se les solicitó que conectaran la dimensión cognitiva con la propiamente afectiva “¿cómo perciben ellos las campañas de sensibilización? ¿Cómo se sienten?, es decir, que jugaran con el binomio ideas-afecto.

A continuación, se expone un elenco de **sugerencias** que han sido comentadas en las entrevistas realizadas a expertos, así como por los participantes de las entrevistas, focus groups y también en los diarios. Se presentan las propuestas organizadas por temática y por actor al que va dirigida o colectivos que consideran que han de incorporar las medidas: los propios consumidores, la administración pública y las empresas.

Acciones y campañas dirigidas al consumidor



Las personas que participaron en nuestro estudio parece que coinciden en evidenciar *la* falta de conocimiento de campañas concretas sobre desperdicio alimentario. Y desde este *gap* percibido por ellos, se les pide que elaboren propuestas que creen que serían más interesantes de cara a estar más y mejor informados al respecto y propuestas que impulsen al consumidor a emprender acciones de mejora sobre el desperdicio.

A continuación, se presentan las ideas y sugerencias que van **dirigidas directamente al consumidor**.

i. Utilizar datos, estadísticas y cifras en gráficos muy visuales para concienciar sobre el problema

Parece que echan en falta campañas que estén pertrechadas de información seria, con estadísticas, datos y cifras que estén refrendadas por fuentes serias para tomar pulso al alcance que en realidad tiene el problema del desperdicio alimentario, pues ellos no parecen vivirlo como tal. Aconsejan campañas cargadas de imágenes **impactantes que visualmente** interpelen al consumidor (acorde con el sesgo eidético actual).

*FG2. Yo creo que haría falta **información** para darse cuenta del problema. Igual que hacen con el plástico" (H)*

*FG2. **Visibilizar** la cantidad de comida que se tira, lo que afecta a tu bolsillo... a mí **imágenes que impacten**...como con lo del plástico los peces que se quedaban atrapados...(M)*

*FG2. Lo que **apele al bolsillo**. Por ejemplo, tirar un billete de 50 € a la basura (el equivalente de lo que tiramos) (H)*

*FG4. Contrastan, yo creo que también con un poco de **estadística**, de cantidad, de cuánto se desperdicia frente a la imagen...(M)*

*FG5. A mí se me ocurre algo más cercano, más cotidiano, más mundano... Una **campaña en la que se vea la cantidad de cosas que compramos sin mirar lo que tenemos en casa y cuando llegamos nos damos cuenta de que ya teníamos...** Y al final que se vea cómo tenemos que tirarlo. Algo así como viñetas que reflejen cuánto compramos "Por si..." "Come lo justo y no tires, dónalo." (H)*

Entienden que si se pretende influir en el comportamiento del consumidor, estas campañas de sensibilización sobre el desperdicio alimentario deben contener un buen plan de información y comunicación lanzando un mensaje serio, neutro, pero a la vez, impactante. Seguidamente se exponen algunas ideas concretas sobre estos aspectos que pueden ser útiles visualizar:

1. MOSTRAR Y COMPARTIR LOS KGS DE DESPERDICIO QUE SE GENERAN SEMANAL, MENSUAL Y ANUALMENTE, BASÁNDOSE EN FUENTES DE ORGANISMOS RELEVANTES.

- SEGÚN LA FAO: 30% de la producción anual, 3º emisor de gases de efecto invernadero, 28% de la tierra productivas
- MINISTERIO DE AGRICULTURA: 7,7 millones de toneladas de alimentos acaban en la basura en España cada año. Para ser más gráficos, tal cantidad de comida daría para llenar 7 estadios de fútbol. Eso coloca a nuestro país en el séptimo país de la Unión Europea que más comida tira, después de Reino Unido, Alemania, Holanda, Francia, Polonia e Italia.

2. INTERPELAR ¿POR QUÉ NOS PASA ESTO?

- Tras imágenes impactantes, lanzar reflexiones que interpelen al consumidor con preguntas al aire.
- Gestionar de manera más sostenible y sana la publicidad infantil alimentaria aprovechando para despertar conciencia en los más jóvenes.
- Imágenes de exceso de consumismo (ej. ofertas 3x1) que impulsan a comprar más de lo que se necesita e inevitablemente a desperdiciar.

FG5. Para llegar a cada persona, que cada uno somos de nuestro padre y de nuestra madre, haría una campaña de conciencia sobre el consumismo, que nos diga que hay que comprar menos. (en Ofertas 3x1 y en Publicidad infantil) (M)

3. UTILIZAR ESLÓGANES DONDE SE HAGA HINCAPIÉ EN LAS RAZONES QUE ALEGAN:

- "Es una forma de **ahorrar** dinero, energía, y ayuda al medioambiente"
- "Por los más necesitados"
- "Lo lógico, es lo que se debe hacer"
- "No es **mejor ciudadano** el que menos desperdicia, sino el que más aprovecha"

ii. Utilizar reportajes/documentales periodísticos cuya finalidad sea crear empatía

Una buena alternativa sería trasladar a los gestores de programación de medios audiovisuales que contemplen este asunto del desperdicio y el aprovechamiento alimentario como un tema relevante, actual y de interés general para toda la población. Y que dediquen espacios en las noticias de TV y Radio, para informar al respecto, por ejemplo, entrevistando a expertos sobre el desperdicio alimentario. Que, además, se realicen documentales científicos, bien elaborados formando parte de la oferta de los diferentes canales radiofónicos y televisivos. **Se trata de ir permeando mediante estos medios, la conciencia,** y si de paso se consigue, mover emociones sin culpabilizar para no levantar defensas racionales, construyendo en definitiva un nuevo imaginario de la manera en que nos relacionamos con el alimento.

Se explicitan a continuación algunas situaciones que los participantes de la muestra auscultada han pensado que pueden dar juego para el montaje de dichas campañas con mensajes impactantes:

MOSTRAR LAS COLAS DEL HAMBRE JUNTO A SLOGANS QUE INTERPELAN

- "Hoy tienes, mañana puede que no"
- "Mañana puedo ser yo"
- "El tirar, puede matar"

FG4. Tienen que ser buenos testimonios de eso, de cómo puede cambiar la vida en un minuto Porque si no lo relacionas con la mendicidad, con un mundo más marginal. Pero yo creo que sería bueno testimonios de gente de "yo hace tres días tenía mi trabajo, era administrativo en una empresa y hoy estoy en esta cola del hambre" ...: Hay directores de hoteles que han estado ahora con la pandemia, llevan casi dos años cerrados y están en la cola esperando a que les den comida. Lo ves y a lo mejor dices "no, no es que es verdad. (M)

PERSONAS QUE REBUSCAN EN LOS CUBOS DE BASURA

- "Mañana podrías ser tú"
- **Reportajes con entrevistas** a mendigos sobre su situación y penurias alimenticias.

FG5. Yo creo que sería necesaria una campaña que muestre imágenes de gente que acude a comedores sociales, que está pidiendo comida, en Cáritas, en Cruz Roja, las colas del hambre. No sería una campaña para niños, pero para jóvenes a partir de 13-14 años o adultos creo que sí impacta. Preguntar a mendigos. (M)

FG6. Niños buscando en la basura para querer comer /frente a una persona que está tirando" (M)

OTRAS PERSONAS TIRANDO ALIMENTOS

- "Come lo justo y no tires, dónalo".
- **Desperdicio en Buffets** al final del turno de comida.

FG5. Sí y que luego se vea cómo la personas que han comprado tanto, acaban tirándolo... Y seguido, un sketch en el que se vea lo de las colas del hambre. Para apelar a la conciencia ciudadana de lo que se necesita. Recordar en la campaña que "Mañana podrías ser tú" el que esté en la cola del hambre. (M)

iii. Utilizar espacios televisivos dedicados a la alimentación y la cocina

Aprovechando que actualmente están de moda estos espacios televisivos sobre alimentación y cocina de grandes chefs, se podría dedicar algunos episodios concretamente al desperdicio y al aprovechamiento alimentario.

CANAL COCINA

Han pasado ya 7 años desde que el cocinero y chef británico, **Jamie Oliver** puso en marcha lo que él llamó 'Food Revolution Day', una campaña que pretendía llevar las buenas prácticas alimentarias a los colegios de todos los países del mundo entre las que incluía algunos consejos sobre cómo deberían tomar decisiones acertadas sobre la manera de alimentarse y algunos *tips* para no desperdiciar alimentos. Realizó una serie de documentales al respecto en los que reflexionaba con los responsables de instituciones educativas sobre la necesidad de incluir la comida como asignatura fundamental en sus programas educativos.

Desde hace 4 años abre un restaurante con otro colega para combatir el desperdicio de alimentos, la pobreza alimentaria y la soledad. Han elaborado una serie de documentales muy interesantes que ofrecen en canal cocina, sobre cómo aprovechar alimentos y la necesidad de no tirarlos, en los que te desafían a vivir la experiencia de alimentarse bien y de manera sostenible.

<https://shalomplus.com.pe/2020/10/01/el-club-de-la-lucha-culinaria-de-jamie-y-jimmy-nuevo-programa-de-jamie-oliver-en-canal-cocina/>

MÁSTER CHEFS

Como al parecer, el ahorro en la cocina a la hora de preparar los alimentos es algo que genera bastante interés, en el programa televisivo de Máster Chefs, han incorporado algún episodio en el

que proponen recetas realizadas con restos de comida. Platos fáciles y baratos para aprovechar todos los alimentos que han sobrado: carnes, pescados, pan, legumbres, verduras, etc. Tuvo bastante aceptación, por lo que se animaron en 2019 a escribir un libro titulado "Cocina de aprovechamiento: Recetas brillantes con sobras".

<https://www.afuegolento.com/articulo/las-recetas-cocina-aprovechamiento-master-chef-/22009/>

- *Una medida que ayudaría al consumidor es subvencionar la compra, reparto o **puesta a fácil disposición de los ciudadanos** estos recetarios y/o documentales en las webs de referencia que se puedan construir.*

iv. Utilizar las redes sociales y TICS para campañas de sensibilización__

Desde hace una década aproximadamente las ONGs han llevado a cabo Campañas de Denuncia y Sensibilización Social para entidades del Tercer Sector o Sector Social. En ellas se desvelan las injusticias sociales que se quieren denunciar con la intención de fomentar así cambios de actitudes en las personas que pongan solución a esa realidad denunciada. Y con las ventajas añadidas que tiene su uso: llegas al público objetivo (en nuestro caso al consumidor), de manera más rápida, más económica, más directa, y, más eficaz.

- <https://www.socialmedia.es/>

Pero en esta década han tomado posición en las RRSS nuevos elementos y perfiles, que parece que refuerzan aún más las ventajas señaladas. Hablamos de los famosos líderes de opinión consensuados: Youtubers e Instagramers.

- *Incluso por una "abuelita", ya que las figuras maternas, con mucha frecuencia en nuestra muestra, aparecen como recuerdo entrañable de agentes de aprovechamiento familiar.*

Algunas sugerencias que los participantes han señalado para visibilizar campañas contra el desperdicio en RRSS y mediante las TICs, se ofrecen a continuación:

UN CANAL DE YOUTUBE DEL AYUNTAMIENTO CONTRA EL DESPERDICIO ALIMENTARIO.

Cada vez es mayor el número de ayuntamientos que se han sumado a la lucha contra el desperdicio alimentario haciendo uso de plataformas digitales y convirtiéndose en excelentes youtubers en los

que, entre otras medidas para frenar el problema de tirar alimentos, ofrecen pequeños videos de aprovechamiento con sugerencias y demostraciones de recetas.

- <https://yonodesperdicio.org/ideas/recetas?locale=es>
- https://www.nestlecocina.es/coleccion/recetas-de-aprovechamiento?gclid=CjoKCOiAy4eNBhCaARIsAFDvtl2WtgAK9dXun5FfMhKziNOWXzsTwfjEM_do6ZnX64c3MjeDy8ahoagaAtpyEALw_wcB&gclsrc=aw.ds
- <https://blogosferathermomix.es/trucosdecocinathermomix/tag/recetas-de-aprovechamiento-con-thermomix/>

BLOG DE RECETAS DE APROVECHAMIENTO EN INTERNET

Una revolución que ayudaría sin duda a aquellos consumidores con voluntad de aprovechar las sobras y los alimentos estaría en que estos blogs, se optimizaran con un sistema de filtros en las búsquedas que permitieran localizar recetas con los ingredientes que el consumidor incluye en dicha búsqueda avanzada.

- *congelar verduras, frutas y también hierbas aromáticas (se estropean con rapidez)*
- *frutas pasadas para mermeladas y compotas (sanas, con poca azúcar)*
- *hacer conservas/sopas y cremas con lo sobra*
- *aprovechar el pan duro: <https://www.petitchef.es/articulos/recetas/no-tires-el-pan-duro-12-recetas-de-aprovechamiento-que-podemos-hacer-aid-3034>*

v. Educar sobre las fechas de caducidad y consumo preferente

Los participantes de nuestro estudio aconsejan repetir las campañas sobre fechas de caducidad y de consumo preferente, porque en general, no se recuerda la diferencia:

*FG1. Nosotros no, los tiramos, tenemos la manía de tirarlos, porque **para eso está la fecha** (H)...*

*FG1. Yo con los **lácteos pienso...si lo como caducado me puedo poner malo...** Y al final por no tirarlos es peor". (H)*

*FG1. Yo lo **tiro**, porque una vez **me dio un poco de gastroenteritis**". (M)*

*FG2. Yo lo tiro. **En dos días para mí, para mi cabeza está malo yo lo tiro**. Si lleva dos días, está mal, yo lo tiro y ya está. No pasa nada. (H)*

*FG3. **Por la fecha de caducidad**. (H)*

FG3. Yo no, a mí me da mucho respeto, yo sé que la gente se toma el yogur, he discutido mucho con mi marido por eso, "lleva tres días", digo: " si te pones malo y luego los tres días nos salen un poco caros". No puedo, es superior a mí. No me gusta. Y si la gente se lo come y no pasa nada, pero bueno cada uno. (M)

vi. Medidas para incorporar en el hogar

En un ámbito más íntimo y personal como es el hogar, también se abordaron algunas sugerencias que podrían resultar eficaces para combatir el desperdicio en favor del aprovechamiento. Algunas de estas ideas se enuncian a continuación:

PLANIFICAR MENÚS (en algunos casos, ayuda a seguir el menú del colegio de los hijos)

La planificación de menús con antelación se muestra como una eficaz ayuda para regular las compras de comida, sobre todo teniendo en cuenta previamente el menú escolar de los hijos o el de restaurante/cafetería de la empresa para evitar reiteración de comidas, y por tanto sobras por saturación de algún tipo de alimentos, **además de una alimentación más equilibrada**

USAR LISTAS Y UTILIZAR LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL Y TICS PARA HACER LA COMPRA

Aunque casi todos los participantes sugieren utilizar listas y la ven útil, luego no todos se ajustan a ellas, debido a la sobre oferta en los supermercados, caprichos infantiles etc. pero **parece que insistir en la recomendación de hacerlas y ajustarse a ellas no está demás**. Cuando se hacen, compran menos y no tienen necesidad de desperdiciar.

FG3. Móvil, Alexa, compra habitual online... y Ajustarse luego a ella. (H)

Algunos de los participantes comentaron que el uso de estas herramientas les estaba ayudando, o les podría ayudar en el futuro (con el asentimiento de los demás) a hacer, sobre todo las listas de la compra: anotarse en el móvil lo que se necesita, tener abierta en las compras online la lista sin cerrar...De interés para la recomendación, difusión o creación de Apps para realizar esta u otras tareas de autocontrol de las compras habituales, y no comprar cosas que ya se tienen o repetir sin darse cuenta.

FG3. Inteligencia artificial para gestionar la compra (Alexa), o neveras inteligentes. Notificaciones en el móvil, programas de gestión de comida... (H)

COMPRAR CON LA CABEZA NO CON EL ESTÓMAGO

Parece que seguir las siguientes recomendaciones, hace que se compre de manera más reflexiva, más cercana a lo necesitado y, en consecuencia, provocando menos desperdicios, probablemente por el autocontrol que conllevan sobre lo que se almacena en casa y las cantidades que se necesita realmente:

- *Comprar sin hambre*
- *Comprar con mayor frecuencia, si es posible*
- *Dar preferencia a los mercados o tiendas de proximidad, por calidad y control de las cantidades necesarias realmente*
- *Ver, distinguir y vigilar fechas de caducidad y/o consumo preferente*

ALMACENAR ORDENANDO POR FECHAS DE CONSUMO O COMPRA

La mayoría de los participantes considera que lo deseable sería tener más tiempo y organización, pero también reconocen que son dos condiciones que no se suelen dar. Teniendo esto en cuenta, recomiendan las siguientes medidas de almacenaje que permiten un mejor aprovechamiento alimentario y, por ende, una reducción de los desperdicios:

- *Colocar lo comprado más recientemente detrás, para consumir primero los productos que se encuentran en la parte delantera de la estantería.*
- *Congelar en pequeñas porciones etiquetando (con rotuladores indelebles)*
- *Saber qué congelar, cómo preparar la congelación y cuánto durará...*
- *No sobrecargar el congelador, para que se vea bien todo lo que contiene y no olvidar porciones que caduquen en fechas próximas.*

GUARDAR BIEN LOS RESTOS COCINADOS

Respecto a los platos ya cocinados también apuntan tres recomendaciones que consideran útiles para almacenar platos ya precocinados:

- *Usar recipientes pequeños para su mejor separación y aprovechamiento*
- *Utilizar recipientes transparentes (cristal o film), que permitan la rápida identificación de lo que hay dentro y evitar el papel de aluminio.*
- *Reciclar botes de vidrio de conservas para evitar o reducir el uso de plásticos*

OFRECER LA POSIBILIDAD DE COMPARTIR CON FAMILIARES, AMIGOS y VECINOS

- *Poner anuncios en la comunidad de vecinos para compartir algo, conservas etc.*

-
- "Antiguamente se compartía y ofrecía comida entre familiares, amigos y vecinos"
 - Ayudan a la **convivencia y el encuentro vecinal** (crea comunidad)
 - <https://yonodesperdicio.org/>
 - <https://olioex.com>

UTILIZAR IMANES DE "RECUERDO" PARA FIJAR EN LA PUERTA DEL FRIGORÍFICO.

- Recomiendan utilizar este tipo de artefactos imantados a modo de recordatorio y avisos que les alerten sobre los alimentos que hay que ir consumiendo porque caducan o pueden echarse a perder.

LLEVAR UN REGISTRO o DIARIO DE DESPERDICIOS DESAPROVECHADOS

- En todos nuestros "diarios," los participantes comentaron que, aunque les resultó difícil completarlos, les ayudó a estar concienciados y redujo el desperdicio.
- Probablemente **el cubo extra de basura orgánica ayuda también** a una mayor percepción y conciencia de los que se tira y/o desperdicia, generando por la misma autoobservación un mayor autocontrol (como la evidencia empírica de la psicología nos revela sobre el control de conductas no deseadas)

HACER UN SEGUIMIENTO DE LA EXPERIENCIA 2 MESES DESPUÉS

Para completar los registros de los diarios se decidió llamar a los participantes para preguntarles acerca del impacto del uso de los diarios en el desperdicio después de que hayan pasado más de 2 meses de su utilización. Dado que el contacto se realizó durante la época vacacional de Navidad, se hacía difícil la respuesta inmediata, decidimos localizar al mayor número de testimonios, vía telefónica. Aquí se presentan los testimonios de los participantes que se localizaron: D3, D10, D8 y D7.

- **¿QUÉ UTILIDAD LES HABÉIS ENCONTRADO A LOS DIARIOS?**

Todos ellos, confirman sin dudar lo beneficioso que ha sido para ellos y sus familiares, el registro diario del desperdicio alimentario, que a pesar de haber finalizado el propio "acto de observación en diario" siguen con el foco puesto en no desperdiciar.

-
- **¿HA SUPUESTO CAMBIOS EN TU ORGANIZACIÓN DOMÉSTICA?**
De manera automática, han incorporado en sus hábitos de compra, almacenaje, cocinado y aprovechamiento, esta conciencia y dicen:

*D3, D10 y D7. Eso que estamos en la época del despilfarro por excelencia, que todo parece poco, pero les **ha ayudado a poner más control** en todo el proceso.*

*D8. "que simplemente "tiene **más cuidado** de no tirar".*

*D10 y D7. Lo concretan sobre el **almacenaje** (Fruta en el frigo) y sobre la **conservación** de lo que sobra (en botes, o en congelador) para su consumo posterior*

- **¿TIENEN POTENCIAL DE SER DURADEROS?**

Algunos **dudan** del efecto si no se involucra toda la familia, **debiera ser, sin duda, un proyecto familiar**, donde todos estén involucrados:

*D7. Por la poca colaboración de sus **convivientes**, pues desperdician a sus espaldas (Hijos)*

Algunos creen que será duradero a corto y medio plazo, pero piensan que:

*D3 y D10. Hay necesidad de **campañas periódicas de recuerdo***

Algunos creen que puede ser duradero a largo plazo:

D8. Pero es que yo desperdicio muy poco.

Propuestas dirigidas a las Empresas

Aunque son cada vez más las empresas y organizaciones que se unen a la campaña por un planeta sin desperdicio de alimentos, conviene no olvidar que ellas tienen un papel muy importante en la reducción de la pérdida. Presentamos a continuación las iniciativas que han planteado los representantes de nuestra muestra para algunas empresas que forman parte de la cadena alimentaria: productores y grandes centros de distribución, supermercados y grandes tiendas y, Restaurantes y comedores colectivos.

i. Productores y distribuidores (RSC)

Aunque aún queda mucho camino por recorrer, también la industria se está sensibilizando por la reducción del desperdicio alimentario como uno de sus grandes objetivos. Muchos productores están implementando iniciativas innovadoras en envases y nuevas tecnologías de conservación



para no tirar productos. Igualmente, las empresas de distribución están incorporando nuevos métodos de logística, almacenamiento y distribución cada vez más sostenibles. En la siguiente tabla se exponen algunas de las propuestas que plantean las personas investigadas para este eslabón de la cadena alimentaria:

industria y distribución.

<p>DONACIONES DE PRODUCTOS "FEOS" NO APTOS PARA LA VENTA</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Y su difusión generaría sin duda, fidelización a la entidad por la solidaridad percibida por los clientes y buena imagen corporativa
<p>DONACIONES A BANCOS DE ALIMENTOS DE LO NO VENDIDO</p>	
<p>RECOGIDA y RECICLADO FIABLE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Difusión televisiva periódica de su funcionamiento, <i>con la justificación de innovaciones continuas</i> • Visitas de escolares a estos centros
<p>DISTRIBUCIÓN DIRECTA AL CONSUMIDOR</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mercadillos de proximidad, cooperativas de productos de producción ecológica...con venta a granel para comprar sólo lo estrictamente necesario <p><i>FG2. Sería importante que hubiera una conexión entre agricultura y consumidor final, que se vea toda la cadena. [otra persona] Los anuncios por la tele, yo en mi caso no los veo...(H)</i></p>

ii. Supermercados y tiendas de alimentación (RSC)



En línea con el colectivo anterior, **los supermercados y tiendas de alimentación también se han sumado a la batalla contra el desperdicio alimentario.** Pero según nuestros participantes aún quedan muchas iniciativas interesantes que implementar para contribuir de manera eficaz en aras de un aprovechamiento "de diez". En el cuadro siguiente mostramos algunas ideas:

<p>SITIOS DE COMPRA A GRANEL</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Se pueden controlar mejor las cantidades necesarias para cada hogar, sobre todo para los hogares unipersonales que no encuentran envases adecuados a sus mínimas necesidades ● Conlleva también la reducción de envases de plástico: <i>FG4. Más sitios de compra a granel. Como se compran las legumbres y se han comprado toda la vida, pero hay pocos" (M)</i>
<p>FECHAS DE CADUCIDAD Y/O CONSUMO PREFERENTE</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Etiquetado más claro, a la vista y resaltado ● Repetir campañas o eventos tan recordados como: ¡Mira, Huele y Prueba! <i>antes de tirar</i> https://toogoodtogo.es/es/campaign/best-before
<p>DISPONIBILIDAD DE UNIDADES DE VENTA MÁS PEQUEÑAS por lo menos la mitad que las generales</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Pero que el precio sea proporcionado y razonable a la menor cantidad: <i>FG4. para parejas u hogares unifamiliares. Envases, lo de los envases es importante.: Yo también he puesto económico porque es que al final, a veces comprar pequeño. O sea, a mí me sale más caro comprar mi medio litro, que comprar un litro. Aunque tenga que tirar. (M)</i>
<p>OFERTAS ECONÓMICAS EN PRIMERA LÍNEA y CON FECHA DE CADUCIDAD INMINENTE MUY A LA VISTA</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Muy bien valoradas por expertos y consumidores y de práctica habitual en Europa ● En lugar predeterminado y preferente, o a la entrada misma, para generar un hábito de referencia a los clientes de aprovechamiento <i>FG2. Yo creo que, para la gente, lo que más incide es el ahorro. Por ejemplo, las rebajas de los supermercados de comida a punto de caducar. (...). Porque compras más barato (H)</i> <i>FG5. Algunos supermercados rebajan al 50% lo que se va a caducar pronto. (M)</i>
<p>FACILITAR Y FOMENTAR APLICACIONES DE ÚLTIMA HORA</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Generar portales de búsqueda a lo "Rastreator" por tipo de producto que se desea (¿donde sobra...?) ● "Ni las migas", "wesaveeat", "too good to go", "tapper", "nice to eat you" ● Además, ayudan mucho al comercio de proximidad
<p>DONACIONES ORGANIZADAS y QUE PUEDAN PUBLICAR CON QUÉ ONG COLABORAN, GENERARÁ MÁS FIDELIDAD e</p>	<p><i>FG5. "Ver la gente que por la mañana busca comida en los contenedores de basura. Porque no hay que llegar a eso. Ahí están también los propios supermercados, que están tirando mucha comida. (H). (...) Claro, los supermercados están obligados a tirar lo que se pasa de</i></p>

<p>IMAGEN POSITIVA DE LA MARCA</p>	<p><i>fecha, pero algunos hacen correr la voz y hay colas en algún supermercado esperando a que saquen los contenedores. (M). Habría que obligar a los supermercados a que donaran toda la comida que tienen, 3 días antes de que se caduque, a los bancos de alimentos. (H)</i></p> <p><i>FG6. Yo creo que las imágenes y las campañas son hipocresía... En muchos supermercados tiran toda la bolsa de naranjas cuando está una picada porque tienen prohibido donarlo... La misma ley se contradice. Es una cuestión individual..." (H)</i></p>
<p>DIVULGACIÓN DE RECOGIDAS POR ONGs Y RECICLADO, FIABLES AL CIERRE DE LOS ESTABLECIMIENTOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> • https://www.refood.es/es/empresa/ • https://sapifeed.com/servicios/recogida-de-residuos- de-alimentos/ • También para alimentación de animales • Para compost (lo que está en peor estado)

iii. Restaurantes y comedores colectivos de diversas instituciones (de enseñanza, organizaciones y empresas)



El sector restauración también debe sumarse a la campaña contra el desperdicio alimentario implementando prácticas amigables con el medio ambiente. El siguiente testimonio evidencia que hay praxis en la restauración que contribuyen a desperdiciar alimentos:

FG6. A mí me da mucha rabia, por ejemplo, en los hoteles, en los buffets, cómo la gente se llena los platos y luego prueba un poquito y lo demás lo dejan y hay que tirarlo. Yo lo haría con esa imagen, para crear esa conciencia. (...) yo creo que la imagen de un niño buscando en la basura de un buffet. (M)

Estas son algunas contribuciones que sugieren los participantes de la muestra para este sector:

<p>PREAVISAR DEL TAMAÑO DE LAS RACIONES</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Será más considerado en la atención hacia los comensales
<p>SUGERIR MENÚS CON FOTOS DE LOS PLATOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Muy fácil hoy día subir y actualizar con el código QR • Es hasta más apetecible y turístico para extranjeros

REDUCIR CANTIDADES (pero permitiendo repetir, si es el caso).	<ul style="list-style-type: none"> ● Será más económico para los restauradores ● Disminuir el tamaño de los platos en su caso
OFRECER POR PRINCIPIO COMO OFERTA, LO CERCANO A SU FECHA DE CONSUMO PREFERENTE	<ul style="list-style-type: none"> ● Al principio de la carta o como recomendación
LLEVARSE LO QUE SOBRA	<ul style="list-style-type: none"> ● En recipientes y bolsas de papel reciclado discretas (en algunos casos conlleva eludir la vergüenza social que les supone, y/o poder hacer otras actividades tras la comida sin desvelar lo que llevan en la bolsa)
RECOGIDAS y RECICLADOS FIABLES AL CIERRE DE LOS ESTABLECIMIENTOS	<ul style="list-style-type: none"> ● https://www.refood.es/es/empresa/ ● https://sapifeed.com/servicios/recogida-de-residuos-de-alimentos/ ● También para alimentación de animales, sería considerado. ● Para Compost (lo que está en peor estado)

Propuestas dirigidas a las Administraciones Públicas



Las acciones adecuadas de sensibilización hacia el desperdicio cero/aprovechamiento total, por parte de los poderes públicos, ayudaría a combatir la justificación racionalizada que se realiza en diferentes ámbitos sobre el desperdicio de alimentos. En este sentido, los participantes destacan

dos focos de acción:

i. Promover las sinergias y asunción de corresponsabilidad

Por ejemplo, consideran que el anteproyecto de ley contra el desperdicio (2023) debería tener en cuenta en el desarrollo de su normativa, una regulación específica para cada uno de los distintos agentes que forman parte de la cadena de suministro de alimentos.

FG2. Hoy en día es difícil que las personas entiendan que no hay que desperdiciar. Creo que hay que legislar para reducir el desperdicio (H)

*FG2. Tiene que haber una **colaboración público-privada**. Porque quien vende son empresas privadas. (H)*

ii. Educar desde la infancia

Como ya apuntamos, la infancia es la etapa vital en la que se aprenden los hábitos para la adultez y es el momento en el que refieren los participantes que han aprendido sus costumbres de aprovechamiento:

*FG5. Estamos muy bien enseñados. Familia. Porque **el que no ha sido educado así de niño, luego le cuesta adquirirla** (H).*

Relacionado con esto, los participantes recomiendan que el aprovechamiento alimentario se promueva en colegios y casas de la juventud y barrios, y que el tema del desperdicio se centre en hacer hincapié en las conexiones entre los problemas que conlleva y de los impactos que produce. Para ello, consideran apropiadas los siguientes formatos de aprendizaje:

- **Charlas y seminarios de concienciación recurrentes** sobre consumo responsable, con imágenes impactantes.
- **Dar hojas de registro a los niños**, como agentes de aprovechamiento en sus hogares.
- **Generar guías didácticas docentes con sus programaciones** correspondientes para su uso en las diferentes escuelas.
- **Prácticas y talleres de aprovechamiento**: fechas de caducidad y/o consumo preferente, **congelación práctica**, recetas, etc. Ofrecer recetas sencillas y rápidas, recordemos que una de las causas que achacan es la "falta de tiempo" y problemas de medición:

FG3. Precisar las cantidades, medir mejor la cantidad que cocino. (H)

- **Huertos urbanos y escolares**, con talleres prácticos. Beneficios:
 1. Cuesta más desperdiciar lo que uno ha trabajado.
 2. Facilita la empatía sociolaboral con el agricultor.
 3. Aprenderán y valorarán de dónde vienen los alimentos.
 4. Se harán más eco solidarios con el ambiente.
 5. Ayuda a reciclar en el compost la propia basura orgánica.



5. RECOMENDACIONES FINALES

Aunque a lo largo del informe, y a la luz de los testimonios, se han ido proponiendo muchas ideas para el diseño de las campañas dirigidas a aumentar la sensibilidad de los consumidores y modificar sus comportamientos respecto al desperdicio alimentario, a continuación, a modo de *takeaways* se exponen 11 medidas que el equipo investigador considera conveniente resaltar de los hallazgos globales obtenidos en el estudio:

1

PLANTEAR EL DESPERDICIO COMO UN PROBLEMA QUE HA DE SER RESUELTO DESDE EL COMPROMISO FAMILIAR.

Los mensajes han de ir dirigidos a promocionar la corresponsabilidad y la involucración de todos los miembros del hogar.

2

HACER HINCAPIÉ EN LAS EMOCIONES Y SENTIMIENTOS DE VALENCIA POSITIVA

Los participantes no recuerdan campañas concretas sobre el desperdicio pero están convencidos de que las campañas que apelan a emociones/sentimientos positivos tienen más impacto y hacen sentir al receptor más cómodo que aquellas que lanzan mensajes culpabilizadores. Así se recomienda: (1) adaptar el mensaje buscando incidir en emociones y sentimientos positivos, los cuales provocan una mayor posibilidad de que los individuos se observen a sí mismos y sus hábitos de conducta; y (2) buscar frases cortas que impacten, que jueguen con el humor y el mensaje y esté relacionado con los beneficios colectivos e individuales.

3

ADAPTAR EL MENSAJE DE LAS CAMPAÑAS NO SOLO A LOS OBJETIVOS Y AL *TARGET* SINO TAMBIÉN AL ESPACIO.

Por ejemplo, destinar las marquesinas a hacer hincapié en las emociones positivas y el humor, mientras que en los programas educativos se puede poner el mayor foco en los aspectos racionales y las conexiones entre los problemas.

4

LLEVAR EL DESPERDICIO ALIMENTARIO A LOS SUPERMERCADOS.

Realizar campañas en los comercios/supermercados/hipermercados para recordar al consumidor la relevancia de tomar buenas decisiones en la fase de compra de alimentos.

5

HACER DE LA REDUCCIÓN DEL DESPERDICIO UN OBJETIVO CASTIZO Y LOCAL.

Sería interesante vincular las cifras de desperdicio a los distritos concretos, promover la interacción personal y la identidad de barrio para que la acción sea más cercana y eficaz.

6

PROYECTOS EDUCATIVOS COLABORATIVOS Y ACCEDER A LAS CASAS A TRAVÉS DE LOS MENORES.

Proyectos educativos participativos y colaborativos impulsados por ONGs que involucren a todas las partidas interesadas de la institución educativa: alumnos, padres, profesorado y personal administrativo. Por ejemplo, en un colegio se podría incluir dentro de la asignatura "Ciudadanía", asimismo, se puede involucrar al personal de las cocinas de los comedores de los colegios, el AMPA, cuidadores en los comedores, etc...). Esto está en línea con los programas de prevención y reducción de las pérdidas que las instituciones educativas que ofrecen catering deberán tener en cuenta por la Ley de aplicación de la Directiva Europea, aprobada en España desde octubre 2020.

Relacionado con los proyectos educativos, y de manera similar a las campañas de reciclaje, sería interesante concienciar a los menores para que sean estos los que eduquen a sus familiares. El objetivo es apostar por una concienciación y asunción de responsabilidad por parte de los niños/as y así formar nuevas generaciones de consumidores que estén más informados y sean más sensibles al problema del desperdicio alimentario.

7

PRESENTAR EL APROVECHAMIENTO COMO EL RESULTADO DE UN PROCESO

El desperdicio es el resultado de una cadena de decisiones tomada por el consumidor, por eso, el dejar de desperdiciar para pasar a aprovechar los alimentos es un proceso que hay que aprender. En este proceso, hay que apoyar al consumidor. Principalmente, ayudándole a reconocer sus distintas formas; pero también, dándole consejos prácticos que puede incorporar en su día a día, como por ejemplo: (1) Planificar la compra elaborando menús y listas (incluso utilizando inteligencia artificial); (2) Comprar con mayor frecuencia vigilando las fechas de caducidad y consumo preferente; (3) Guardar bien los restos cocinados almacenando por fechas de consumo y compra; (4) Congelar adecuadamente; (5) Compartir alimentos sobrantes con familiares, vecinos o amigos; y (6) Llevar un registro o diario que conciencie sobre el desperdicio y ayude a corregir rutinas.

8

CREACIÓN DE CAMPAÑAS QUE SEAN EXPERIENCIALES

Sobre la idea de que “**todo pasa, solo la experiencia permanece**” se advierte sobre el interés de realizar más eventos (en vez campañas aisladas), en los que el individuo experimente cuando desperdicia y pueda preguntarse sobre los motivos, las consecuencias y las emociones. En este sentido, se recomienda promover actividades en la naturaleza para acercar al consumidor a la tierra y que conozca de primera mano el esfuerzo que implica por parte de los productores (ej. agricultor) el generar ese alimento. Asimismo, estas actividades se pueden desarrollar en el ámbito educativo, pero también pueden ir dirigidas a los gerentes de grandes superficies de alimentación o sector HORECA - cadenas de restaurantes o grandes chefs (ej. Estrellas Michelin) y utilizar sus acciones como CSR para sus cadenas de hostelería.

9

INSPIRAR AL CONSUMIDOR A QUE SEA REALISTA CON SUS RECURSOS (ESPECIALMENTE CON EL TIEMPO DEL QUE DISPONE), SUS CAPACIDADES Y SUS ASPIRACIONES.

Es muy loable querer comer de manera más saludable, experimentar gastronómicamente o, incluso, reinventarse, pero conviene recordar que los ritmos de la vida actual son muy demandantes y todo cambio de comportamiento lleva tiempo y esfuerzo. Hay que ser paciente con un@ mism@ y adquirir las herramientas necesarias para poder realizar dichos cambios de manera sostenible.

10

ADAPTAR LAS NUEVAS FORMAS DE LLEGAR AL CONSUMIDOR: CREAR UN WIKI-FOODIE

Hay que tener en cuenta que la **publicidad** y la manera de llegar al consumidor ha cambiado radicalmente en los últimos tiempos. Las campañas de concienciación también deben aprovechar los nuevos canales para llegar a su público objetivo. Así se recomienda: (1) Utilizar YouTubers o *influencers* que conciencien sobre la importancia del aprovechamiento y que lancen recomendaciones para el no desperdicio; (2) Desarrollar programas/ canales de cocina, de alimentación para sugerir recomendaciones y trucos de aprovechamiento; y (3) Publicar recetas de aprovechamiento.

En esta línea, proponemos la creación de Wiki-Foodie. Conformado por una recopilación de recetas de aprovechamiento, asequible desde una interfaz que ofrezca un motor de búsqueda donde encuentro recetas a partir de ingredientes. Añadirlo como funcionalidad de una app famosa pero en desuso (ej. *Too-Good-to-Go* o o en la de *Yo-No-Desperdicio*). Se puede crear sobre recopilaciones de recetas ya existentes en varios formatos, sea vlogs (YouTube), blogs o foros, etc. Todo consiste en un trabajo de indexación que podría ser colaborativo: mencionando en particular ingredientes claves. Asimismo, se podrían asociar a este proyecto a restaurantes o grupos que perpetúan la tradición de popular de aprovechamiento de la gastronomía madrileña.

11

RECONOCER LA VINCULACIÓN DEL DESPERDICIO CON OTROS PROBLEMAS DE LA ORGANIZACIÓN SOCIAL Y ECONÓMICA Y PROMOVER LA CORRESPONSABILIDAD DE LOS DISTINTOS AGENTES.

El análisis presentado está centrado en los consumidores, sin embargo, la pérdida y desperdicio de alimentos supone un reto y una preocupación a nivel mundial y como tal, todos los agentes económicos están obligados a actuar para reducirlo. En este sentido, aprovechando el nacimiento de la nueva ley, el desperdicio alimentario debería asumirse como un compromiso coordinado de todos los eslabones o agentes involucrados en la cadena de valor alimentaria.

Asimismo, y desde este enfoque, sería muy interesante promover otras iniciativas que incidan, directa o indirectamente, en la gestión de la alimentación en los hogares (ej. la racionalización de horarios en España. <https://horariosnespana.com/>). Por ejemplo, la falta de tiempo es un problema que surge de manera recurrente. El estilo de vida y las obligaciones laborales y familiares complican la planificación y la compra frecuente. Así, se recomienda tener en cuenta las limitaciones de tiempo en la elaboración de las campañas.

6. REFERENCIAS

AECOC (2016). Estudio Foodwaste. Hábitos de Aprovechamiento de la alimentación en los españoles. AECOC, Barcelona. Disponible en <https://www.aecoc.es/guias/foodwaste-habitos-de-aprovechamiento-de-la-alimentacion-de-los-espanoles/>

Aktas, E., Sahin, H., Topaloglu, Z., Oledinma, A., Huda, A. K. S., Irani, Z., ... & Kamrava, M. (2018). A consumer behavioural approach to food waste. *Journal of Enterprise Information Management*.

Amato, M., Fasanelli, R., & Riverso, R. (2019). Emotional profiling for segmenting consumers: The case of household food waste. *Age*, 18(34), 79.

Amato, M., Verneau, F., Coppola, A., & La Barbera, F. (2021). Domestic Food Waste and Covid-19 Concern: An Application of the Theory of Planned Behaviour. *Sustainability*, 13(15), 8366.

Ben-Ze'ev, A. (2000). *The Subtlety of Emotions*. Cambridge, MA: MIT Press.

Bravi, L., Francioni, B., Murmura, F., & Savelli, E. (2020). Factors affecting household food waste among young consumers and actions to prevent it. A comparison among the UK, Spain and Italy. *Resources, Conservation and Recycling*, 153, 104586.s

Brook Lyndhurst (2007) WR0104 Lifestyle Scenarios: The Futures for Waste Composition. A project for Defra's WREP*.

Chapman, H. A. & Anderson, A.K. (2013). Things Rank and Gross in Nature: A Review and Synthesis of Moral Disgust", *Psychological Bulletin* 139, (2), 300-27.

Consejo de Europa (2016). Comunicado de prensa: Pérdida y desperdicio de alimentos: Conclusiones del Consejo. 28 de junio. Disponible en: <https://www.consilium.europa.eu/es/press/press-releases/2016/06/28/agri-food-losses/>

Consejo de Europa (2018). Food losses and food waste: assessment of progress made on the implementation of June 2016 Council conclusions. Disponible en: <https://www.consilium.europa.eu/media/34583/food-losses-food-waste-en.pdf>

Cox J, Downing P. 2007. Food behaviour consumer research: Quantitative Phase. Wrap. Banbury UK. Disponible en: http://www.wrap.org.uk/downloads/Food_behaviour_consumer_research_quantitative_jun_2007.0a80ed7d.6393.pdf

Deusto y Prosalus (2019). Estudio Análisis del desperdicio de alimentos en los hogares del Territorio Histórico de Gipuzkoa.

Díaz-Méndez, C., & García-Espejo, I. (2017). Eating out in Spain: Motivations, sociability, and consumer contexts. *Appetite*, 119, 14-22.

FAO (2020). Día Internacional de Concienciación sobre la Pérdida y el Desperdicio de Alimentos. 29 de septiembre. Disponible en: <https://www.fao.org/international-day-awareness-food-loss-waste/es/>

FAO (2021). El Estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2021. Disponible en <https://www.fao.org/documents/card/es/c/cb4474es>

Gallo, A. E. (1980). Consumer food waste in the United States. *Food Review/National Food Review*, (1).

González-Santana, R. A., Blesa, J., Frígola, A., & Esteve, M. J. (2020). Dimensions of household food waste focused on family and consumers. *Critical Reviews in Food Science and Nutrition*, 1-14.

Graham-Rowe, E., Jessop, D. C., & Sparks, P. (2014). Identifying motivations and barriers to minimising household food waste. *Resources, Conservation and Recycling*, 84, 15-23.

Grasso, A. C., Olthof, M. R., Boevé, A. J., van Dooren, C., Lähteenmäki, L., & Brouwer, I. A. (2019). Socio-demographic predictors of food waste behaviour in Denmark and Spain. *Sustainability*, 11(12), 3244.

Hamilton, C., Denniss, R., & Baker, D. G. (2005). Wasteful consumption in Australia. Canberra: Australia Institute.

Hispancoop (2012). Estudio sobre el desperdicio de alimentos en los hogares. Hispancoop. Enero. Disponible en <https://www.hispancoop.com/home/index.php/2012-11-08-03-43-12/72-estudio-sobre-el-desperdicio-de-alimentos-en-los-hogares/file>

Jagau, H. L., & Vyrastekova, J. (2017). Behavioural approach to food waste: an experiment. *British Food Journal*.

Krettenauer, T., Asendorpf, J. B., & Nunner-Winkler, G. (2013). Moral emotion attributions and personality traits as long-term predictors of antisocial conduct in early adulthood: Findings from a 20-year longitudinal study. *International Journal of Behavioral Development*, 37(3), 192-201.

Labajo, V. y Fabra, E. (2017). Informe Proyecto "Yo no desperdicio" – Grupo Investigación E-SOST Universidad Pontificia Comillas para Prosalus. Encuesta sobre aprovechamiento de alimentos en el municipio de Madrid. Abril.

MAPAMA y Kantar Worldpanel (2016). Panel de cuantificación del desperdicio alimentario. TAM septiembre 2016 vs TAM septiembre 2015 Últimos datos disponibles: Otoño – Invierno 2017 vs Otoño – Invierno 2016. Disponible en: <https://menosdesperdicio.es/documentos/panel-de-cuantificaci%C3%B3n-del-desperdicio-alimentario-en-los-hogares-esp%C3%B1oles-tam>

MAPA (2021). Desperdicio de alimentos de los hogares en España. Año 2020 vs 2019. Disponible en https://menosdesperdicio.es/sites/default/files/documentos/relacionados/presentacion_desperdicio_alimentario_hogares_2020vs2019.pdf

Oxford Advanced Learner's Dictionary (2015). Emotion. Disponible en: http://www.oxforddictionaries.com/us/definition/American_english/emotion. *Farlex Partner Medical Dictionary* (2012) consultado el 27 de abril de 2015 en <http://medicaldictionary.thefreedictionary.com>

Parizeau, K., von Massow, M., & Martin, R. (2015). Household-level dynamics of food waste production and related beliefs, attitudes, and behaviours in Guelph, Ontario. *Waste management*, 35, 207-217.

Porpino, G. (2016). Household food waste behaviour: Avenues for future research. *Journal of the Association for Consumer Research*, 1(1), 41-51.

Quested, T. E., Marsh, E., Stunell, D., & Parry, A. D. (2013). Spaghetti soup: The complex world of food waste behaviours. *Resources, Conservation and Recycling*, 79, 43-51.

Quested, T., & Luzecka, P. (2014). Household food and drink waste: A people focus. Waste & Resources Action Programme.

Roodhuyzen, D. M., Luning, P. A., Fogliano, V., & Steenbekkers, L. P. A. (2017). Putting together the puzzle of consumer food waste: Towards an integral perspective. *Trends in Food Science & Technology*, 68, 37-50.

Russell, S. V., Young, C. W., Unsworth, K. L., & Robinson, C. (2017). Bringing habits and emotions into food waste behaviour. *Resources, Conservation and Recycling*, 125, 107-114.

Russel P.S. & Giner-Sorolla R., (2013). Bodily Moral Disgust: What It Is, How It Is Different from Anger, and Why It Is an Unreasoned Emotion. *Psychological Bulletin*, 139 (2), 328-351.

Schanes, K., Dobernig, K., & Gözet, B. (2018). Food waste matters-A systematic review of household food waste practises and their policy implications. *Journal of cleaner production*, 182, 978-991.

Secondi, L., Principato, L., & Laureti, T. (2015). Household food waste behaviour in EU-27 countries: A multilevel analysis. *Food policy*, 56, 25-40.

Sirieux, L., Lála, J., & Kocmanová, K. (2017). Understanding the antecedents of consumers' attitudes towards doggy bags in restaurants: Concern about food waste, culture, norms and emotions. *Journal of Retailing and Consumer Services*, 34, 153-158.

Solomon, R. C. (2002). Back to Basics: On the very Idea of 'Basic Emotions', *Journal of the Theory of Social Behaviour* 32, (2), 115-144.

Srivastava, M., & Srivastava, S. K. (2020). Examining the relevance of emotions for regulation of food wastage behaviour: A research agenda. *Social Business*, 10(2), 151-171

Stefan, V., van Herpen, E., Tudoran, A. A., & Lähteenmäki, L. (2013). Avoiding food waste by Romanian consumers: The importance of planning and shopping routines. *Food Quality and Preference*, 28(1), 375-381.

Tracy, J. L., & Robins, R. W. (2007). Emerging insights into the nature and function of pride. *Current directions in psychological science*, 16(3), 147-150.

Vázquez-Rowe, I., Kahhat, R., Larrea-Gallegos, G., & Ziegler-Rodriguez, K. (2019). Peru's road to climate action: Are we on the right path? The role of life cycle methods to improve Peruvian national contributions. *Science of the Total Environment*, 659, 249-266.

Van Geffen, L., van Herpen, E., Sijtsema, S., & van Trijp, H. (2020). Food waste as the consequence of competing motivations, lack of opportunities, and insufficient abilities. *Resources, Conservation & Recycling X*, 5, 100026.

Visschers, V. H., Wickli, N., & Siegrist, M. (2016). Sorting out food waste behaviour: A survey on the motivators and barriers of self-reported amounts of food waste in households. *Journal of Environmental Psychology*, 45, 66-78.

Wansink, B., & van Ittersum K. (2013), "Portion Size Me: Plate-Size Induced Consumption Norms and Win-Win Solutions for Reducing Food Intake and Waste," *Journal of Experimental Psychology: Applied*, 19 (4), 320-32.

Wegge, J., Dick, R. V., Fisher, G. K., West, M. A., & Dawson, J. F. (2006). A test of basic assumptions of Affective Events Theory (AET) in call centre work 1. *British Journal of Management*, 17(3), 237-254.

Emoticonos: <https://thenounproject.com/>

Fotografías: <https://www.pexels.com/es-es/> <https://unsplash.com/>

