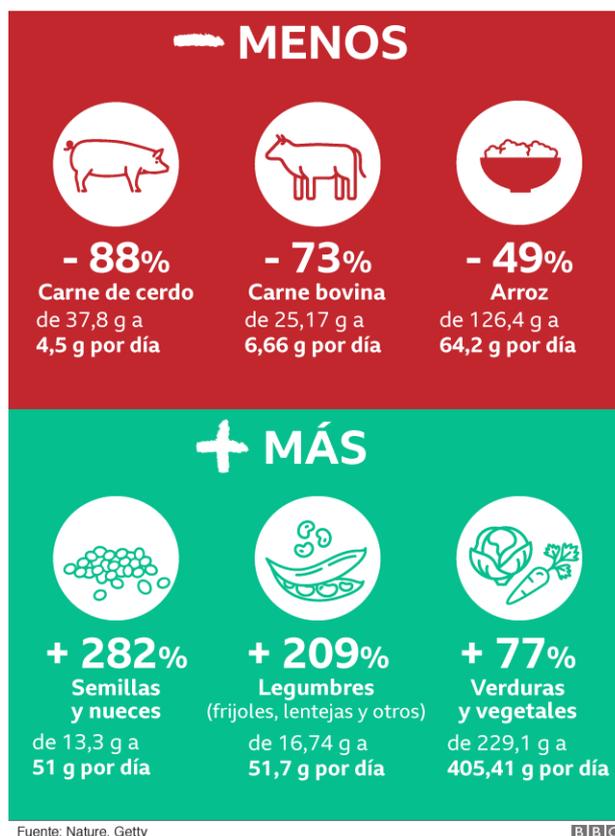


La dieta clave para salvar al mundo

Según un nuevo estudio, uno de los pasos clave para asegurar un futuro sostenible en 2050 es adoptar una dieta flexitariana y comer:



Basta con leer las noticias, u observar las tormentas actuales casi apocalípticas, para comprender que nuestro planeta se encuentra en terapia intensiva. Si continuamos consumiendo recursos sin adoptar conductas sostenibles, sin dudas el panorama continuará empeorando.

Entre los impactos negativos de la producción y consumo de alimentos se encuentran la intensificación del cambio climático, el agotamiento de fuentes de agua dulce y la contaminación de los ríos por el uso excesivo de nitrógeno y fósforo en la agricultura.

Esos factores, sumados al incremento de la población previsto para 2050 y los cambios en patrones de consumo debido a mejoras en el ingreso, podrían empujar al planeta más allá de los límites que representan "un espacio operativo seguro para la humanidad en un sistema terrestre estable".

Por consiguiente, y dentro de parámetros razonables, podríamos adoptar pequeños cambios, que contribuyan a cuidar el único hogar que tenemos. Uno de ellos consistiría en adoptar una dieta

flexitariana.

¿En qué consiste el flexitarianismo? Esto significa comer fundamentalmente alimentos basados en plantas, sólo ocasionalmente productos animales y únicamente una vez por semana una porción de carne roja.

Más información en:

<https://www.bbc.com/mundo/noticias-45825113>

https://elpais.com/elpais/2014/11/26/buenavida/1417006731_060496.html

1153319009

info@consuldar.com.ar

<https://www.consuldar.com.ar/>