

MÓDULO 5

plant power



Boosting Innovation for Food SMEs

Imaginando un mundo mejor a través del Plant Power



www.plantpowerproject.eu



Co-funded by
the European Union



Plant Power OERs Modules © 2025 by Plant Power Partnership is licensed under CC BY 4.0. To view a copy of this license, visit <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

Contenido

01

Finalidad y objetivos

02

Introducción a la sostenibilidad global y los sistemas alimentarios

03

Beneficios medioambientales de las dietas basadas en productos vegetales

04

Alimentación, ética, y justicia social

05

Visión: los sistemas alimentarios del futuro



Co-funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or [name of the granting authority]. Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them

Contenido

06

Resumen de aprendizaje

07

Mirando hacia el futuro

08

Pon a prueba tus conocimientos



Co-funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or [name of the granting authority]. Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them

Finalidad

Este módulo capacita a los estudiantes para comprender el papel crucial de los sistemas alimentarios de origen vegetal (plant-based) en la construcción de un futuro sostenible y resiliente. Las PYMEs adquieren los conocimientos necesarios para alinear sus prácticas con las tendencias de sostenibilidad y la cambiante demanda de los consumidores por productos de origen vegetal.

Se anima a los estudiantes a reflexionar sobre los desafíos globales actuales e imaginar soluciones transformadoras basadas en la innovación en alimentos de origen vegetal. Ayudando a las PYMEs a identificar oportunidades de innovación, rentabilidad y crecimiento en nuevos mercados.

Este módulo es una introducción fundamental a un futuro alimentario basado en alimentos de origen vegetal, promoviendo el análisis crítico de los sistemas alimentarios tradicionales y a imaginar alternativas alineadas con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS). Utilizamos contenido mixto y actividades prácticas para formar agentes de cambio hacia sistemas alimentarios sostenibles.

Objetivos

Al finalizar el módulo, los estudiantes podrán:

- Explicar el papel de los sistemas alimentarios basados en alimentos de origen vegetal en la salud pública y ambiental.
- Identificar cómo las soluciones con alimentos de origen vegetal se alinean con el Pacto Verde Europeo y los ODS de la ONU.
- Reflexionar sobre el impacto socioeconómico del cambio a dietas basadas en alimentos de origen vegetal.
- Visualizar ideas innovadoras en torno a alimentos de origen vegetal que promuevan la sostenibilidad y la equidad.



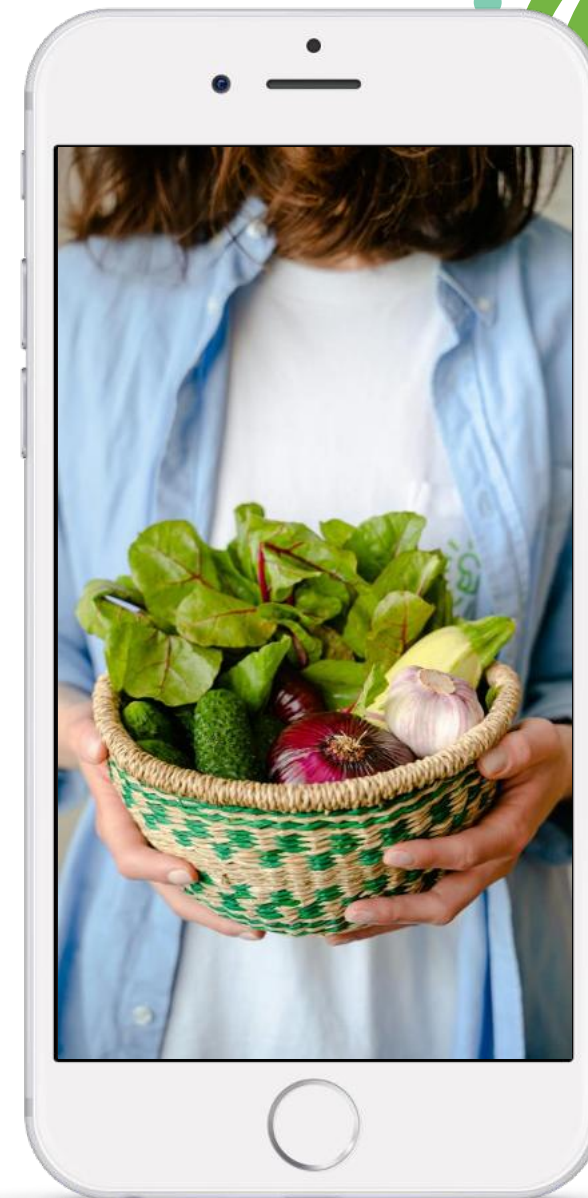
02

Introducción a la sostenibilidad global y los sistemas alimentarios

¿Qué entendemos por sostenibilidad en los sistemas alimentarios?

La **sostenibilidad**, en el ámbito de los **sistemas alimentarios**, implica desarrollar y operar sistemas alimentarios que **satisfagan plenamente las necesidades humanas** sin **comprometer** la capacidad de las generaciones futuras para satisfacer las suyas.

Implica equilibrar las consideraciones ambientales, sociales, sanitarias y económicas en todos los aspectos, desde la **producción** hasta el **consumo**.



Sistemas alimentarios sostenibles



¿Cómo se aplican los Objetivos de Desarrollo Sostenible?

Los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) son un conjunto de 17 objetivos interseccionales adoptados por los estados miembros de la ONU en 2015, con el objetivo de lograr un mundo más justo, sostenible y próspero para 2030.

Los ODS establecen un plan para erradicar el hambre, mejorar la salud, proteger el medio ambiente y garantizar la igualdad. Los sistemas alimentarios globales son fundamentales para todo esto. Esto se debe a la forma en que producimos lo que comemos, afecta la salud de las personas y del planeta, e involucra el sustento de millones de personas. Para alcanzar objetivos como el Hambre Cero (ODS 2), el Agua Limpia (ODS 6), la Acción por el Clima (ODS 13) y la Vida de Ecosistemas Terrestres (ODS 15), necesitamos sistemas alimentarios que no solo sean productivos, sino también sostenibles, justos, resilientes e inclusivos.



¡Mira esto!

Este vídeo se centra en cómo la Política Agraria Común (PAC) pretende hacer que la agricultura sea más ecológica y eficiente.

Aborda el uso de los recursos naturales, la mitigación del cambio climático y la protección de la biodiversidad, ilustrando así cómo la política de la UE se vincula con los impactos ambientales de la agricultura.



Cómo los sistemas alimentarios actuales contribuyen a la degradación ecológica



1

Degradación y pérdida de salud del suelo

La Agencia Europea de Medio Ambiente informa que la degradación del suelo ha empeorado en los últimos años en toda la UE. Esta degradación incluye erosión, reducción de la materia orgánica, compactación y disminución de la fertilidad.

2

Estrés y contaminación de los recursos hídricos

La agricultura es uno de los principales consumidores de agua dulce. Su uso excesivo provoca escasez de agua. Esto es especialmente notable en el sur de Europa.

3

Pérdida de biodiversidad

La expansión agrícola, especialmente la conversión de tierras a agricultura intensiva, reduce el hábitat natural.

Cómo los sistemas alimentarios actuales contribuyen a la degradación ecológica



4

Gases de efecto invernadero e impacto climático

La agricultura contribuye significativamente a las emisiones de gases de efecto invernadero (GEI) a través del cambio de uso de la tierra, el metano del ganado, el óxido nitroso de los fertilizantes y el CO₂ del suelo y la deforestación.

5

Uso excesivo de insumos y dependencia química

La dependencia excesiva de pesticidas y fertilizantes sintéticos daña los ecosistemas, como los polinizadores, los insectos beneficiosos y los microbios del suelo.

A continuación analizamos cómo estos sistemas influyen en la desigualdad.

La contribución de los sistemas alimentarios actuales a la desigualdad

1. Acceso desigual a alimentos saludables y sostenibles

Los hogares europeos de bajos ingresos suelen tener menos acceso a alimentos nutritivos y de alta calidad. La asequibilidad y la disponibilidad de opciones sostenibles y ecológicas pueden ser limitadas.

2. Exposición desigual a los riesgos ambientales

Los grupos vulnerables están más expuestos a la contaminación del agua y del aire, a la dispersión de pesticidas y a la degradación ambiental. Estas exposiciones pueden afectar la salud, la nutrición y los medios de vida.

3. Diferencias entre agricultores y productores

Las pequeñas explotaciones, las situadas en climas menos favorables o regiones más pobres se ven más afectadas por el cambio climático, la degradación del suelo, la escasez de agua y la falta de acceso a los recursos o al capital.

La contribución de los sistemas alimentarios actuales a la desigualdad

4. Desigualdades interregionales

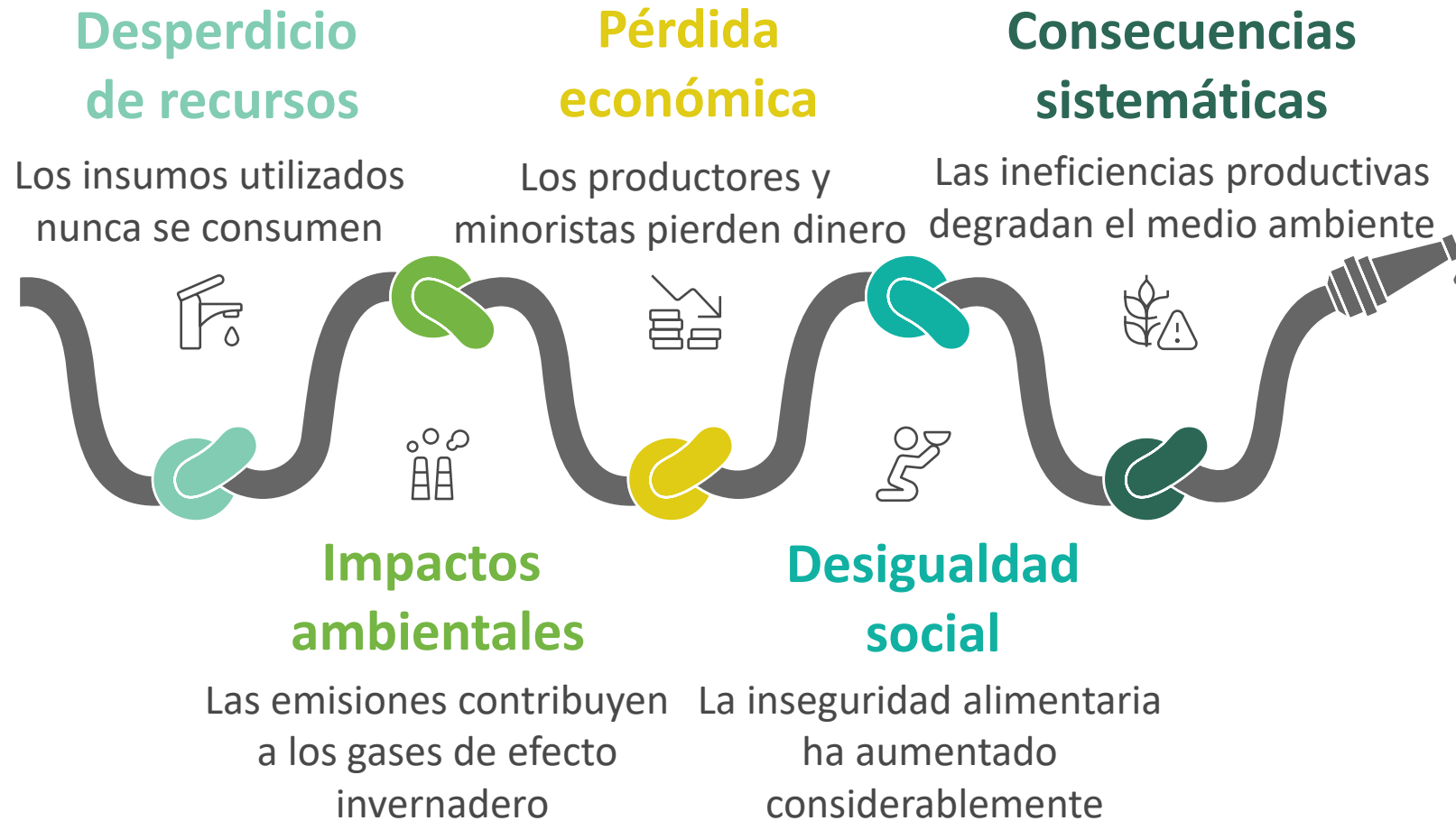
Las regiones expuestas a presiones ambientales como sequías, suelos degradados y zonas rurales marginadas corren mayor riesgo. Aquellas con menos infraestructura, apoyo institucional o inversión serán menos resilientes.

5. Desigualdades en materia de salud

Las poblaciones más pobres tienen más probabilidades de sufrir enfermedades relacionadas con la dieta debido a un menor acceso a alimentos saludables, una mayor exposición a toxinas ambientales y una menor capacidad de adaptación a los impactos climáticos.



Impacto del desperdicio de alimentos en los sistemas alimentarios



Acción y vision personal

Reflexiona sobre tus propios hábitos alimentarios o de consumo de alimentos.

- ¿Qué cambios podrías hacer para alinear tus elecciones alimentarias con un sistema más sostenible, basado en alimentos vegetales o equitativo?
- ¿A qué retos podrías enfrentarte?
- ¿Cómo podrías superarlos?





03

El argumento
ambiental a favor
de las dietas
plant-based

¿Qué es el Pacto Verde Europeo?

- Una hoja de ruta de la UE para lograr que Europa sea climáticamente neutra en 2050.
- Tiene como objetivo reducir las emisiones de gases de efecto invernadero, restaurar la biodiversidad y reducir la contaminación.
- Transforma la forma en que Europa produce, distribuye y consume alimentos.



Cómo las dietas basadas en alimentos de origen vegetal se adaptan al Pacto Verde

Menor impacto ambiental

- Los alimentos de origen animal producen muchos más gases de efecto invernadero y consumen más tierra y agua que las alternativas vegetales. Cambiar la dieta puede reducir la huella climática y ecológica de los sistemas alimentarios.

Apoya los objetivos clave del Pacto Verde

- Contribuyen a reducir 20% emisiones de gases de efecto invernadero. Si nos centramos en uso del suelo y producción de piensos, ayuda a reducir el daño a la biodiversidad 40–50%.



Cómo las dietas basadas en alimentos de origen vegetal se adaptan al Pacto Verde

Alineado con la estrategia “de la granja a la mesa”

- Promueve el consumo sostenible de alimentos y dietas más saludables. Fomenta la reducción del consumo de carne roja y procesada. Apoya el aumento de la producción y el acceso a proteínas vegetales y legumbres.
- **Parte de una visión circular del sistema**
Reduce el desperdicio en toda la cadena de suministro. Optimiza el uso de los recursos vegetales y subproductos. Integra el cambio de dieta con la agricultura y el uso del suelo sostenibles.



¿Cómo reducimos las emisiones de gases de efecto invernadero y el consumo de recursos?

Estrategia “de la granja a la mesa”: alimentar un continente sin destruir un planeta

La sostenibilidad, en el ámbito del sistema alimentario, significa desarrollar y operar sistemas alimentarios que satisfagan plenamente las necesidades humanas sin comprometer la capacidad de las generaciones futuras de satisfacer las suyas.

Implica equilibrar las preocupaciones ambientales, sociales, sanitarias y económicas en todas las fases, desde la producción hasta el consumo.



¡Lee esto!

Este artículo de Nature Food analiza los enfoques del sistema alimentario circular y te ayudará a comprender mejor las huellas ambientales de los alimentos de origen animal frente a los de origen vegetal.

SIGUE EL ENLACE

Circular food system approaches can support current European protein intake levels while reducing land use and greenhouse gas emissions

Received: 2 May 2023

Accepted: 8 April 2024

Published online: 28 May 2024

Check for updates

Wolfram J. Simon¹, Renske Hijbeek², Anita Frehner³, Renee Cardinaals¹, Elise F. Talsma⁴ & Hannah H. E. van Zanten¹

Protein transition and circular food system transition are two proposed strategies for supporting food system sustainability. Here we model animal-sourced protein to plant-sourced protein ratios within a European circular food system, finding that maintaining the current animal–plant protein share while redesigning the system with circular principles resulted in the largest relative reduction of 44% in land use and 70% in greenhouse gas (GHG) emissions compared with the current food system. Shifting from a 60:40 to a 40:60 ratio of animal-sourced proteins to plant-sourced proteins yielded a 60% reduction in land use and an 81% GHG emission reduction, while supporting nutritionally adequate diets. Differences between current and recommended total protein intake did not substantially impact minimal land use and GHG emissions. Micronutrient inadequacies occurred with less than 18 g animal protein per capita per day. Redesigning the food system varied depending on whether land use or GHG emissions were reduced—highlighting the need for a food system approach when designing policies to enhance human and planetary health.

In recent years, various actors within the European Union (EU) have actively pursued changes in the food system. Initiatives such as the European Green Deal aim to position the EU as a global leader in achieving climate neutrality¹. Two possible approaches in redesigning the food system have received increased attention: protein transition and circularity in a food system.

Protein transition scenarios in the European context refer to the reduction of the share of animal proteins in human diets^{2,3}. Today's protein intake levels in the EU are around 82 g per capita per day, of which 49 g comes from animal products and 33 g from plant products⁴. In comparison, the European Food Safety Authority (EFSA) sets an average

requirement (AR) intake of 46 g protein per capita per day⁵, indicating a protein overconsumption of 36 g per capita per day. Multiple studies indicated that eating less animal source proteins (ASP) positively affects health and the environment^{6–11}.

Nevertheless, there remains a lack of consensus regarding how to strike an optimal balance between ASP and plant source proteins (PSP) to promote a healthy diet while mitigating environmental pressures. Some studies suggest that eating an entirely plant-based diet is the most sustainable^{12,13}, while there remains uncertainty about the effects of ASP reduction in diets on protein and micronutrient adequacies¹⁴. Other studies introduced the concept of circularity and reported that

¹Farming Systems Ecology Group, Department of Plant Sciences, Wageningen University and Research, Wageningen, The Netherlands. ²Plant Production Systems Group, Department of Plant Sciences, Wageningen University and Research, Wageningen, The Netherlands. ³Department of Food System Sciences, Research Institute of Organic Agriculture (FiBL), Frick, Switzerland. ⁴Division of Human Nutrition and Health, Department of Agrotechnology and Food Sciences Group, Wageningen University and Research, Wageningen, The Netherlands. ✉e-mail: wolfram.simon@wur.nl

El papel de la agricultura en la deforestación

1. La demanda de importaciones de la UE impulsa la deforestación en el extranjero

La UE es responsable de aprox. el 16% de la deforestación tropical asociada al comercio internacional. En 2017, se talaron aproximadamente 203.000 ha de bosque tropical debido a las importaciones de productos básicos de la UE, lo que contribuyó a la emisión de 116 millones de toneladas de CO₂.

2. Expansión agrícola y demanda de piensos

La ganadería requiere grandes cantidades de piensos, siendo la soja uno de los principales cultivos forrajeros. La demanda de piensos procedentes de países no pertenecientes a la UE aumenta el riesgo de deforestación y contribuye de manera significativa a la conversión de terrenos forestales

El papel de la agricultura en la deforestación

La Política Agraria Común (PAC) de la UE ha contribuido históricamente a configurar esta demanda mediante subvenciones o incentivos, y algunos informes señalan la necesidad de reformas de la PAC para reducir los incentivos a la deforestación.

3. Reglamento de la UE para combatir la deforestación

El Reglamento de la UE sobre productos libres de deforestación (EUDR, Rgto. 2023/1115) se adoptó para garantizar que determinados productos básicos que entran en el mercado de la UE no procedan de tierras recientemente deforestadas. Tiene por objeto reducir las emisiones de gases de efecto invernadero y la pérdida de biodiversidad frenando la expansión agrícola que provoca la deforestación y la degradación forestal.



¡Mira esto!

¿En qué piensas cuando te viene a la mente la contaminación atmosférica? Seguramente piensas en los coches, los aviones o la industria. Sin embargo, es la agricultura.

Este vídeo de la Oficina Europea del Medio Ambiente aborda las causas de esta contaminación y las posibles soluciones.



Actividad grupal: Planificar un menú sostenible

Paso 1 – Planificación del menú (15 min).

Cada grupo crea un menú de desayuno, comida y cena con alimentos principalmente de origen vegetal. Deben minimizar los alimentos con altas emisiones de GEI, como la carne de vacuno, el queso, etc. Incluir alimentos que requieran poco uso de tierra y agua, como legumbres y verduras de temporada. Evitar o reducir los productos ultraprocesados y el desperdicio de alimentos.



Actividad grupal: Planificar un menú sostenible

Paso 2 – Justificación del impacto (5–10 min)

Para cada comida, el grupo añade una breve justificación. Debe incluir:

¿Por qué esta comida es mejor desde el punto de vista ambiental?

¿Cómo apoya la sostenibilidad o se alinea con el Pacto Verde?

Paso 3 - Presentación (5 min por grupo)

Los grupos pueden presentar brevemente su menú y razonar a la clase.





04

Alimentación, ética, y justicia social

Dimensiones éticas de las elecciones alimentarias



Aspectos éticos en la Agricultura industrial

1. Bienestar animal

- Suelen implicar grandes densidades de animales con movimientos restringidos. Esto puede suponer la cría en jaulas o estabulaciones en espacios reducidos. Los problemas de bienestar incluyen estrés, incapacidad para exhibir comportamientos naturales y mutilaciones. Aunque la legislación específica de la UE regula algunos de estos aspectos, todavía existen discusiones sobre su insuficiencia.
- Las prácticas de transporte y sacrificio también pueden causar sufrimiento debido a la manipulación, la distancia y las malas condiciones. Si bien están reguladas, su cumplimiento y aplicación pueden variar.

2. Impactos ambientales y de salud

- El uso de antibióticos para controlar enfermedades en sistemas de alta densidad puede generar resistencias, lo que constituye un problema ético y de salud pública.

Aspectos éticos en la Agricultura industrial

- La ganadería industrial contribuye en gran medida a las emisiones de gases de efecto invernadero, la contaminación y la pérdida de biodiversidad. Estos daños ambientales afectan tanto a los animales como a las comunidades humanas.

3. Equidad, justicia social y trabajadores

- Las condiciones laborales también son motivo de preocupación. Muchos trabajadores en sistemas industriales pueden enfrentarse a condiciones laborales complejas, exposición a materiales peligrosos, bajos salarios y escaso poder para influir en las prácticas.

4. Responsabilidad moral y más allá

- La agricultura industrial se beneficia de grandes subsidios como los programas de la PAC de la UE, lo cual puede perpetuar ineficiencias y daños ambientales. Sin embargo, el coste público no siempre se refleja en los precios.

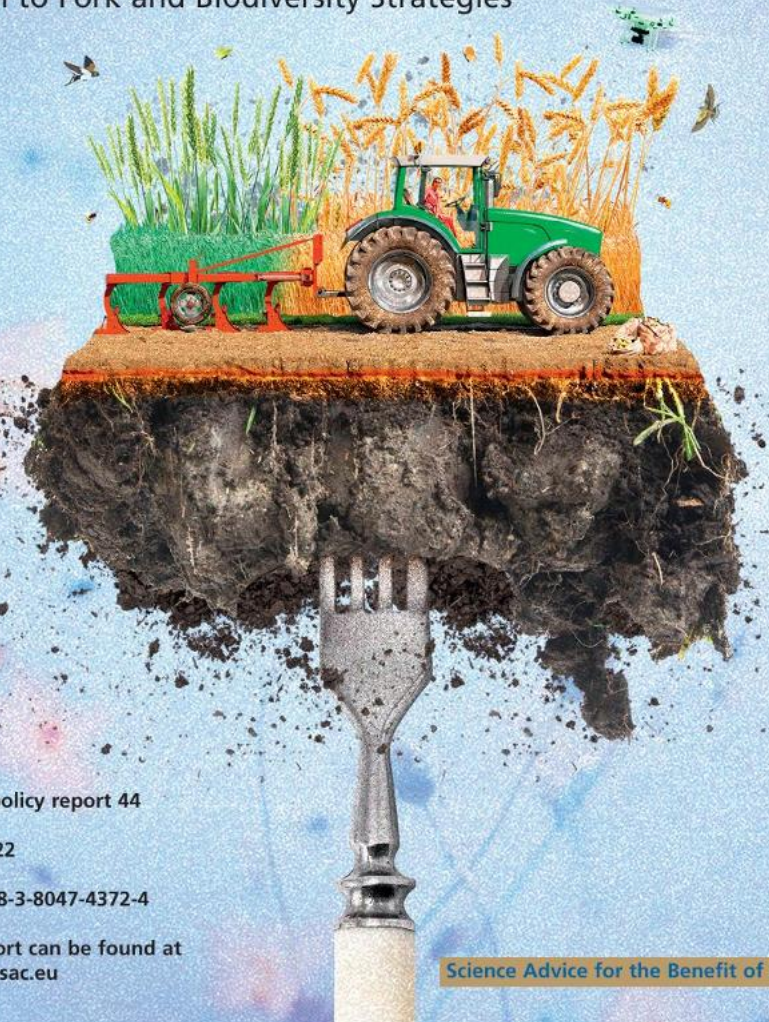
¡Lee esto!

Este artículo del **Consejo Asesor Científico de las Academias Europeas** analiza prácticas como la reducción del uso de productos químicos y la mejora de la gestión de la tierra que contribuyen a reducir la contaminación y a lograr una producción alimentaria más sostenible.

SIGUE EL ENLACE

Regenerative agriculture in Europe

A critical analysis of contributions to European Union Farm to Fork and Biodiversity Strategies



EASAC policy report 44

April 2022

ISBN: 978-3-8047-4372-4

This report can be found at
www.easac.eu

Por qué son importantes los derechos de los trabajadores

Este vídeo te ayudará a comprender por qué los derechos de los trabajadores en la agricultura son importantes para la producción de alimentos.

Desde España, este documental expone las condiciones laborales de los trabajadores agrícolas, incluyendo cuestiones salariales, horarios, trato y más.



Descubre por qué las dietas basadas en vegetales benefician la soberanía alimentaria

Este documento académico te proporciona un vínculo teórico y práctico entre quién controla el sistema alimentario, qué se produce y cómo pueden cambiar las dietas.

¡Haga clic y lee para más información!



PILLARS OF FOOD SOVEREIGNTY

The right of peoples to healthy and culturally appropriate food produced through ecologically sound and sustainable methods, and their right to define their own food and agriculture systems

1

FOCUSES ON FOOD FOR PEOPLE

- Right to sufficient, healthy, and culturally appropriate food
- Food is not a "commodity"

2

VALUES FOOD PROVIDERS

- Supports sustainable livelihoods
- Respects the work of all food providers (women, farmworkers, pastoralists, fishers, forest dwellers, Indigenous peoples)

3

LOCALIZES FOOD SYSTEMS

- Reduces distance between food providers and consumers
- Puts providers and consumers at the centre of decision making on food issues

4

PUTS CONTROL LOCALLY

- Ensures the rights of local communities to inhabit and use their territories
- Rejects land grabbing and the privatization of natural resources

5

BUILDS KNOWLEDGE AND SKILLS

- Respects traditional and Indigenous knowledge
- Participatory and decolonial research methods
- Appropriate technology and data sovereignty

6

WORKS WITH NATURE

- Diverse, low-external input agroecological systems provide important ecosystem functions, and support resilience and adaptation to climate change

¡Tiempo de reflexión!

Escribe un ensayo breve centrándote en lo que has aprendido.

Responde la siguiente pregunta: ¿Qué significa para ti la justicia alimentaria?



05

**Visión: los sistemas
alimentarios del
futuro**

¿Qué es el Pensamiento prospectivo?

Una exploración sistemática de futuros posibles y deseables para mejorar la toma de decisiones hoy. Aborda la incertidumbre, considera múltiples vías y utiliza métodos creativos y participativos como la planificación de escenarios, la previsión y el diseño ficticio.

Exploras cómo las decisiones actuales influyen en los resultados futuros. Las instituciones de la UE lo utilizan para impulsar la gobernanza anticipatoria, la sostenibilidad, la innovación y la resiliencia.



¿Cómo definimos el Diseño especulativo?

Es un enfoque de diseño innovador y crítico que utiliza escenarios ficticios, imaginarios o futuros para explorar lo que podría ser. El Diseño Especulativo fomenta la reflexión, el diálogo y la indagación ética.

Se utiliza ampliamente en toda Europa en políticas públicas, educación e investigación para imaginar futuros alternativos y estimular conversaciones inclusivas sobre el cambio.

Buenas prácticas: Nordic Harvest (Dinamarca)

Fundada en 2020, esta granja vertical utiliza energía renovable, tecnología robótica y diversos sistemas que ahorran recursos. Es la más grande de Europa.

Qué hacen:

- Su estructura de explotación les permite producir 200 veces más verduras por metro cuadrado en comparación con la agricultura convencional.
- Utilizan menos agua, nutrientes, fertilizantes y reciclan muchos de ellos.



Buenas prácticas: Nordic Harvest (Dinamarca)

- La granja funciona en parte con energía renovable y está diseñada para reducir su dependencia de las “condiciones climáticas” para que la producción pueda ser constante durante todo el año.
- Estar ubicado en áreas urbanas o cerca de ellas ayuda a reducir las emisiones del transporte, garantiza productos más frescos y reduce el deterioro o el desperdicio logístico.



Entender la Economía circular

Escuche este podcast de la Comisión Económica de las Naciones Unidas para Europa (CEPE) para comprender este concepto.

Explora lo que significa una economía circular en la práctica al tiempo que aborda los residuos, la innovación y el capital natural con invitados expertos.

HAZ CLIC EN LA IMAGEN



Estrategia Residuo Cero

Residuo Cero es un enfoque de diseño y gestión que busca eliminar los residuos por completo, garantizando que todos los productos, embalajes y materiales se reutilicen, reparen, reciclen o composten. Busca eliminar la quema y el envío de residuos a vertederos.

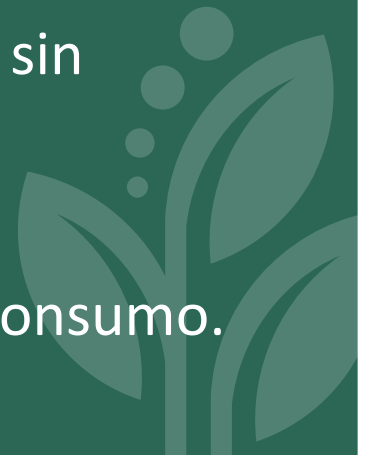
Principios clave:

1. Diseñar sin desperdicios

Los productos están diseñados para ser duraderos, reparables y reciclables sin embalaje innecesario.

2. Rechazar y reducir

Evita crear residuos rechazando plástico de un solo uso, reduciendo así el consumo.



Estrategia Residuo Cero

3. Reutilizar y reparar

Promueve el uso de segunda mano, la reparabilidad y sistemas como las estaciones de recarga.

4. Reciclar y compostar

Garantiza que todos los residuos restantes se reciclen o se conviertan en abono, no se incineren ni se envíen a un vertedero.

5. Pensamiento sistémico

Se centra en sistemas de circuito cerrado donde los “residuos” se convierten en un recurso para otro proceso.



Actividad: Compromiso de alimentación sostenible

- **Reflexiona:** Piensa en lo que has aprendido y en tus hábitos alimentarios actuales. Qué comes, de dónde proviene tu comida, cuánto desperdicias y cómo tus decisiones podrían afectar al medio ambiente o a los demás.
- **Escribe tu compromiso de alimentación sostenible:** Crea un compromiso breve y un plan de acción para mejorar la sostenibilidad de tus hábitos alimentarios. Usa la hoja de trabajo o la plantilla proporcionada.



Actividad: Compromiso de alimentación sostenible

Esta actividad te anima a reflexionar sobre tus hábitos alimentarios actuales y a comprometerte con pequeñas acciones significativas que apoyen sistemas alimentarios sostenibles, éticos y basados en alimentos de origen vegetal. Usa la plantilla a continuación para escribir tu propio **compromiso** y **plan de acción**.

Nombre: _____

Fecha: _____

Compromiso: _____





06

Resumen de aprendizaje

Lo que has aprendido:

Sostenibilidad global y sistemas alimentarios

- La sostenibilidad de los sistemas alimentarios significa satisfacer las necesidades alimentarias actuales sin comprometer la capacidad de las generaciones futuras de hacer lo mismo.
- Los Objetivos de Desarrollo Sostenible de las Naciones Unidas (ODS) enfatizan la seguridad alimentaria, la acción climática, la biodiversidad, la salud y la equidad social.
- La producción de alimentos está estrechamente interconectada con el medio ambiente, la economía y la sociedad, lo que nos exige pensar en sistemas y gobernanza inclusiva.
- Ineficiencias como el desperdicio de alimentos y el hambre ponen de relieve la desigualdad global. La sobreproducción y las pérdidas coexisten con la desnutrición .



Argumentos a favor de las dietas basadas en alimentos de origen vegetal

- Las dietas basadas en alimentos de origen vegetal ayudan a reducir las emisiones de gases de efecto invernadero (GEI), el uso de la tierra, el uso del agua y la contaminación, que son los impulsores clave de los objetivos del Pacto Verde Europeo.
- Los alimentos de origen animal tienen una huella ambiental mayor que las alternativas de origen vegetal.
- Las investigaciones muestran que las dietas basadas en vegetales se alinean con la soberanía alimentaria al impulsar la producción local, reducir la dependencia de las importaciones y apoyar la biodiversidad.



¡Alimentación, ética y justicia social!

- Los sistemas alimentarios éticos consideran el bienestar animal, los derechos laborales justos y el acceso equitativo a alimentos saludables y asequibles.
- La cría industrial de animales plantea cuestiones de ética animal; las prácticas regenerativas tienen como objetivo reequilibrar los ecosistemas y las relaciones entre los animales y los humanos.
- La desigualdad alimentaria persiste en Europa y enfrenta barreras de acceso basadas en la geografía, el ingreso o la exclusión sistémica.
- Para que la justicia juegue un papel en los sistemas alimentarios, debemos incluir el empoderamiento de los pequeños productores, proteger los derechos de los trabajadores y garantizar la transparencia del consumidor.

Pensar en los sistemas alimentarios del futuro

- Pensar en el futuro nos anima a explorar múltiples futuros posibles en lugar de predecir un solo resultado.
- El diseño especulativo utiliza la imaginación y la narración para provocar el pensamiento crítico y visualizar alternativas.
- Los principios clave para el futuro incluyen la resiliencia, la circularidad, la justicia, la biodiversidad y la inclusión. Todos ellos están vinculados a cómo cultivamos, distribuimos y consumimos alimentos.





07

**Mirando hacia
el futuro**

Visión

Nuestra visión de la alimentación es clara. Nos centramos en sistemas alimentarios sostenibles, equitativos y resilientes como base de nuestro bienestar colectivo. Los sistemas que implementamos deben basarse en el respeto por la biodiversidad, la salud del suelo, la justicia social y la diversidad cultural.

Al adoptar la innovación, los principios circulares y la gobernanza inclusiva, podemos alejarnos de las prácticas extractivas y adoptar prácticas regenerativas. El futuro de la alimentación no se trata solo de lo que comemos, sino también de cómo lo cultivamos, lo compartimos y lo valoramos.

Debemos construir un futuro donde todos tengan acceso a alimentos nutritivos producidos con cuidado tanto para las comunidades como para los ecosistemas.

Buenas prácticas: *planted* (Suiza)

Esta empresa de tecnología alimentaria con sede en Zurich, es una spin-off de la Escuela Politécnica Federal en Zúrich (ETH) fundada en 2019. A qué se dedican:

- Utilizan tecnologías de fermentación para producir análogos cárnicos a partir de proteínas vegetales, centrándose en un sabor delicioso y una textura jugosa y similar a la de la carne, utilizando únicamente ingredientes naturales.
- Diseñan y dan forma a su carne en cualquier tamaño, forma y textura fibrosa.

The logo for 'planted.' is displayed in a white, lowercase, sans-serif font with a period at the end. It is centered within a purple rounded rectangular background.

Buenas prácticas: *planted* (Suiza)

- Su convicción es que en el futuro superarán a la carne animal en cuanto a sabor, sostenibilidad, salud, eficiencia y precio.
- La principal planta de producción de *planted* se encuentra en un invernadero de Kempththal (Zúrich), y es la primera planta de producción de carne transparente abierta al público.





Un cambio hacia dietas más saludables, sostenibles, asequibles y equilibradas es esencial para una transición exitosa hacia un sistema alimentario más sostenible, y los alimentos de origen vegetal son parte de la solución.

Oficina Europea de Medio Ambiente



Gracias por completar el Módulo 5 Imaginando un mundo mejor a través del Plant power



Apoyando al sector alimentario europeo
en la adopción de innovaciones y
sostenibilidad basadas en alimentos de
origen vegetal.

¡Síguenos!



www.plantpowerproject.eu



Co-funded by
the European Union