

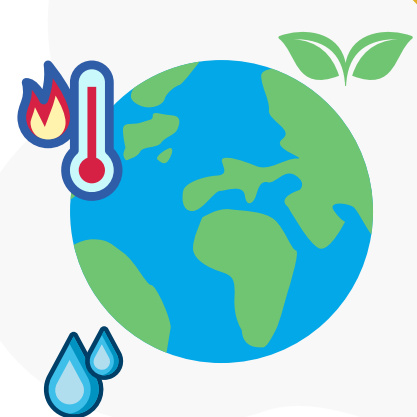
DÍA INTERNACIONAL DE LA
**CONCIENCIA
SOBRE LA PÉRDIDA Y
DESPERDICIO DE ALIMENTOS**

29 SEPTIEMBRE



En **Unilever**® Nutrition tenemos la meta de reducir a la mitad el desperdicio de alimentos desde la fábrica hasta el punto de venta.

Además de ser un importante **PROBLEMA SOCIAL**, el desperdicio de alimentos representa un **DESPERDICIO DE RECURSOS**.



¡Somos el tercer país con mayor desperdicio de alimentos en Latinoamérica!
10 MILLONES DE TONELADAS se desperdician en México cada año.

El **87%** DEL DESPERDICIO EN CASA PROVIENE DE INGREDIENTES QUE COMPRAMOS Y NUNCA UTILIZAMOS.



TU COCINA ESCONDE MILES DE OPORTUNIDADES PARA RESCATAR LA COMIDA.

¿POR DÓNDE EMPEZAMOS?

CONSEJOS PARA REDUCIR EL DESPERDICIO DE ALIMENTOS



NO DUPLIQUES Y COMPRA SABIAMENTE

Revisa qué tienes en tu alacena y haz una lista de lo que realmente necesitas.



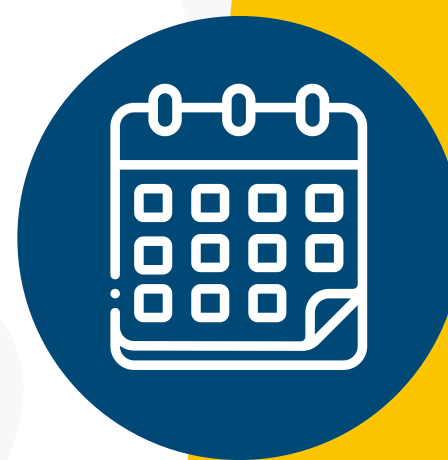
NUEVAS RECETAS

En [Recepedia.com](https://www.recepedia.com) podrás encontrar nuevas recetas que te permitirán usar tus alimentos y reducir el desperdicio.



PRIMERAS ENTRADAS = PRIMERAS SALIDAS

Acostúmbrate a mover lo que quedó atrás hasta adelante.



PLANIFICA TUS COMIDAS

Descarga el planificador de menús de [Recepedia](https://www.recepedia.com) para aprovechar todos los ingredientes que ya tienes.



ALMACENA CORRECTAMENTE

Mantén bien cerradas las bolsas; evita guardar los vegetales en bolsas de plástico, mantén las hierbas frescas en agua, cubriendo los tallos.



EL CONGELADOR COMO TU ALIADO

Guarda tus alimentos preparados en recipientes o bolsas de plástico e intenta sacar la mayor cantidad de aire para simular un alto vacío.

Recuerda que el futuro del planeta y la sociedad es tarea de todos, ser más conscientes de lo que compramos, consumimos y tiramos hará la diferencia. Las acciones para cambiar nuestros hábitos ayudarán a nuestros bolsillos y a combatir con esta grave problemática social.