

# El menú pel canvi

La implicació de les noves generacions en la transformació dels sistemes alimentaris europeus

## *The menu for change*

*The involvement of new generations in the transformation of European food systems*



**RICARD CELORIO-SARDÀ**

Dietista-nutricionista. Màster en Salut Pública i Seguretat Alimentària. Doctorand en ciències de l'alimentació. Expresident de FEDNU. *Future food maker* a l'EIT Food.



**JÚLIA MONTOLIU-BONEU**

Farmacèutica i dietista-nutricionista. *Future food maker* a l'EIT Food.

**RESUM:** Responsable d'un gran percentatge d'emissions de gasos amb efecte d'hivernacle i processos relacionats amb el malbaratament energètic o la desforestació i la pèrdua de qualitat del sòl, l'envergadura i necessitat contínua de producció del sistema alimentari el converteixen en una peça clau en el marc de la sostenibilitat. En una societat en la qual cada cop més es valora la transició cap a alternatives respectuoses amb el nostre planeta, es va crear un grup de joves activistes motivats per contribuir en un sistema alimentari més sostenible. Aquest grup va elaborar un manifest que recollia diferents punts en els quals demanaven acció immediata en diversos aspectes. Entre ells es troben l'accessibilitat a l'alimentació, l'agricultura regenerativa, mesures de restricció i control del malbaratament alimentari, educació en nutrició, revaluació de l'etiquetatge i les guies nutricionals amb una perspectiva de salut planetària, així com també una crida a l'estipulació de preus justos pels aliments. Aquest document, el menú pel canvi, va ser presentat a la conferència Future of Food del 2021 amb una gran acollida per part de responsables de la indústria i de polítiques de salut a Europa. La formació de grups de joves activistes com aquest és un reflex de la necessitat de canvi en el paradigma actual i de la demanda de la gent jove de ser escoltada. La transició cap a la sostenibilitat no pot deixar de banda els futurs consumidors, líders i polítics, que hem de poder disposar d'espais on se'ns escolti, es valori la nostra perspectiva per tal de construir un planeta on puguem viure en el futur proper i s'impulsi la responsabilitat climàtica.

**ABSTRACT:** *Responsible for a large percentage of greenhouse gas emissions as well as of energy waste, deforestation and soil quality loss, the food system's size and continuous need for production make it a key element within the framework of sustainability. In a society that increasingly values the transition towards planet-friendly alternatives, a group of young activists was created to make a positive contribution to our food system's increased sustainability. This group drafted a manifesto that set out some points in need of immediate action. These points included food accessibility, regenerative agriculture, food waste control measures, food education, revaluation of food guides and food labelling according to planetary health diets as well as a true cost-accounting approach for the food market. This document, called Menu4Change, was presented at the Future of Food Conference (2021), receiving a very warm welcome from industry stakeholders and policy makers. The creation of young activist groups such as this one reflects the need for change in today's paradigm as well as the young people's demand to be heard. The transition towards sustainability cannot ignore future consumers, leaders and politicians. We demand spaces where our voice may be heard and where our opinion can be valued, in order to build a better future for our planet, driven by climate responsibility.*

**PARAULES CLAU:** sostenibilitat, salut planetària, noves generacions, emprenedoria.

**KEYWORDS:** *sustainability, planetary health, new generations, entrepreneurship.*

## 1. INTRODUCCIÓ

Avui, el futur dels nostres aliments està en perill. Continuem produint alts nivells d'emissions de gasos amb efecte d'hivernacle (Gavurova, Rigelsky i Ivankova, 2021), mentre les malalties relacionades amb la dieta són una de les principals causes de mortalitat a escala mundial (Balakumar, Maung-U i Jagadeesh, 2016). Vivim en un món cada cop més inestable on les temperatures globals continuen augmentant i provoquen canvis significatius en el clima, i ens enfrontem a reptes socioeconòmics i sanitaris creixents. A més, el nostre sistema alimentari actual s'estructura al voltant d'un model insostenible i lineal de «producció, utilització, eliminació», i la qualitat nutricional dels nostres aliments sovint se sacrifica pel preu, l'accessibilitat i la comoditat (Brennan i Browne, 2021).

L'envergadura i necessitat contínua de producció del sistema alimentari el converteixen en una peça clau en el marc de la sostenibilitat. L'agricultura i la ramaderia juntes són responsables de més del 20% de les emissions de gasos amb efecte d'hivernacle (Gavurova, Rigelsky i Ivankova, 2021), a més de la degradació del sòl i de totes les conseqüències pel que fa a reducció en qualitat dels aliments i pèrdua de biodiversitat, fruit de les pràctiques intensives en aquests camps de conreu (Tsiafouli *et al.*, 2015). La Unió Europea (UE) és el principal importador i exportador de productes agroalimentaris i controla, a més, el mercat de marisc a escala mundial (European Commission, 2021). Els processos industrials involucrats al llarg de la cadena alimentària, la deslocalització en els llocs de producció de matèria primera i els llocs de transformació alimentària, així com també la venda final del producte, contribueixen a dibuixar un model insostenible i creen desgast energètic, malversació de recursos i àmplies finestres de contaminació (European Commission, 2021).

Per tal de disminuir l'impacte ambiental en matèria alimentària, s'ha centrat el discurs en la transició cap a models dietètics que desplacin la proteïna animal per fonts vegetals o, si més no, que redueixin la primera de manera sensible en benefici de la segona. Cal recordar que, a més a més, les malalties cròniques lligades a hàbits dietètics són la principal causa de mort en països desenvolupats i que, segons l'Eurostat, més de la meitat de la po-

blació europea pateix sobrepès o obesitat (European Commission, 2021). D'altra banda, les xifres assenyalen que a la UE més de trenta-tres milions de persones tenen dificultats per accedir a una alimentació considerada saludable i que, per tant, es troben en situació d'inseguretat alimentària (Benton, Hartel i Settele, 2011).

Davant d'aquesta situació d'emergència darrerament les noves generacions han començat a fer sentir la seva veu i demanar un lloc a la taula per discutir tots aquests temes i donar la seva opinió sobre quins canvis necessita l'estructura del nostre sistema alimentari actual. És evident que el moment del canvi és ara, i la mateixa generació de líders, polítics i consumidors mereixem opinar i participar en la definició del nostre sistema. Mai abans una generació havia estat tan proactiva en la manera de pensar sobre l'alimentació i el medi ambient. Els joves heretarem un planeta que serà quatre graus més càlid (Williams *et al.*, 2021), la qual cosa amenaça la disponibilitat i la qualitat nutricional del que mengem, així com de l'aire que respirem. La pregunta que han de respondre tots els actors clau del sistema alimentari és: com s'impliquen els joves en la transformació del sistema perquè sigui resistent, assequible i accessible per a tothom?

Ens trobem aproximadament quinze anys abans que la generació Z (nascuts entre 1996 i 2000) constitueixi la majoria de la població en edat de votar, juntament amb els mil·lennistes (nascuts entre 1981 i 1995). És important, doncs, trobar noves maneres en què les seves veus i opinions puguin ser escoltades. A principis del 2021, la Sectorial d'Alimentació de l'Institut Europeu d'Innovació i Tecnologia de la Comissió Europea (EIT Food) va encarregar una investigació per explorar com veuen els joves els reptes actuals del nostre sistema alimentari, i els resultats van demostrar clarament que calia una acció immediata i que ells volien també formar part del canvi (EIT Food, 2021a).

**«Vivim en un món cada cop més inestable on les temperatures globals continuen augmentant i provoquen canvis significatius en el clima.»**

La investigació va revelar que la generació Z tenia preocupacions serioses sobre la salubritat dels aliments, així com sobre la sostenibilitat i l'impacte del sistema alimentari en el nostre planeta. Es va veure que dos terços (66%) dels joves pensen que el nostre sistema alimentari actual està destruint el planeta i gairebé vuit de cada deu (78%) creuen que hem de prendre mesures urgents per fer que la nostra manera de produir i consumir aliments sigui més sostenible. De fet, el 61% va dir que pensa que el sector alimentari s'ha tornat menys sostenible en els últims anys (EIT Food, 2021a).

Ens trobem, doncs, en un moment de convergència de múltiples factors que amenacen la salut de la població, tant en l'àmbit alimentari com en l'àmbit ecològic. L'impacte ambiental de l'estructura alimentària sumat a la creixent demanda de transparència en sostenibilitat per part dels consumidors, i a la implicació cada cop més clamorosa de les noves generacions en els processos de canvi, obren la porta a una oportunitat de millora real.

## 2. MATERIALS I MÈTODES

La resposta de l'EIT Food a aquest clam del jovent va ser llençar una iniciativa per reunir un grup de deu joves emprenedors d'entre divuit i vint-i-cinc anys, que estiguessin compromesos a contribuir positivament en el sistema, sota el nom de *FutureFoodMakers* (FFM). La iniciativa estava oberta a qualsevol jove europeu amb edats compreses entre les anteriorment esmentades i es demanava motivació pel canvi i personalitats proactives, indiferentment del rerefons acadèmic o professional de cadascú. En va resultar un grup format per nou noies i un noi, provinents de diferents països europeus, amb formacions diverses: des de nutrició fins a finances i també ciències agrònomes i ambientals. El principal motor del grup era la cohesió i la motivació que hi ha entre els seus membres per aconseguir millorar el sistema alimentari europeu.

La iniciativa tenia com a objectiu l'elaboració d'un manifest que recollís els principals punts que els FFM creïem necessaris i d'acció immediata. Aquest document rep el nom *The menu for change* (EIT Food, 2021b), el menú pel canvi, i es va presentar a la conferència sobre el futur dels aliments celebrada en línia el passat 31 de novembre del 2021. Es van anar concretant progressivament els punts que tractaria el document i un cop definits es van investigar a fons per estudiar quines eren les me-



Fotografia 1. Persona que sosté una planta verda.  
Font: Pexels.

asures que s'havien pres fins ara al respecte i, si hi havia hagut iniciatives similars, saber reconèixer per què havien estat exitoses o no. Degut a la diversitat educativa del grup, les propostes també foren variades i es van repartir en funció de l'àrea d'expertesa per optimitzar els resultats. Després del vistiplau de l'EIT Food, el manifest va ser presentat de manera exitosa davant de representants de patronals europees de la indústria alimentària, responsables de polítiques de salut pública de la Comissió Europea, organitzacions sense ànim de lucre relacionades amb l'alimentació, etc.

## 3. RESULTATS I DISCUSSIÓ

Així doncs, es va obtenir un document que recollia la visió representativa dels joves europeus sobre les necessitats de canvi de l'actual sistema alimentari des de la perspectiva de la salut humana i del planeta, en consonància amb els objectius de desenvolupament sostenible (ODS) de l'Agenda 2030 (United Nations, 2015). Els principals punts que assenyalava aquest manifest són els següents:

### 1. Aconseguir que el 25% dels cultius europeus implantin pràctiques d'agricultura regenerativa.

L'agricultura és un dels pilars productius del sistema alimentari al qual es destina fins al 40% de l'extensió de terra cultivable europea, sense comptar amb la implicació de terrenys fora d'aquest territori (EEA, 2017). Actualment, la Farm To Fork Strategy impulsada per la Comissió Europea no fa referència a l'agricultura regenerativa, un tipus de pràctica que vetlla per la protecció del sòl





Fotografia 2. Fruites en una bossa de plàstic.  
Font: Pexels.

(European Commission, 2021). Sota aquesta proposta es demana l'establiment d'una política de regeneració de la terra que doni suport, monitoritzi i serveixi de guia per a la implementació d'aquest model tant per agricultors com per a iniciatives comunitàries. Serà clau en aquest aspecte proveir tots els professionals d'una formació adequada i dels recursos per poder-hi accedir.

## 2. Establir guies nutricionals i d'etiquetatge unificades a escala europea.

Les enquestes realitzades a la generació Z dutes a terme per l'EIT Food, prèvies a la fundació del grup d'FFM, mostraven que gran part del públic jove (vuit de cada deu) voldrien informació més completa i intel·ligible en l'etiquetatge dels aliments (EIT Food, 2021a). Aquesta proposta recollia diversos punts, alguns dels quals se centraven en la nutrició, com la unificació de les guies nutricionals europees basades en els patrons de la dieta planetària, plantejada per la EAT-Lancet Commission (EAT-Lancet Commission, 2019), per tal de seguir un model més sostenible a través de l'impuls de patrons dietètics basats majoritàriament en productes d'origen vegetal. Altres punts tractaven de l'etiquetatge en si, com podria ser la creació d'un etiquetatge frontal en produc-

tes alimentaris que ajudés el consumidor a decidir en funció de l'impacte mediambiental d'un aliment, a part de la informació nutricional que ja bé definida pel Reglament (UE) núm. 1169/2011, o bé la inclusió de codis QR amb l'objectiu de permetre al consumidor accedir a molta més informació sobre el producte i augmentar-ne la traçabilitat.

## 3. Desenvolupar polítiques d'inclusió que donin suport a comunitats vulnerables i que vetllin per l'accessibilitat als aliments.

El document proposa desenvolupar una política d'inclusió que tingui en compte els efectes de la normativa sobre els costos dels aliments entre les poblacions vulnerables i el subministrament de valors per a aliments rics en nutrients en aquelles poblacions més necessitades. Les comunitats pobres són les més afectades pel que fa a l'accessibilitat als aliments, fet que la pandèmia de la COVID-19 ha augmentat (Lauren *et al.*, 2021). Una manera eficaç d'implementar aquest canvi és aprofitar l'economia i el poder europeus en lloc d'abordar el problema a escala nacional. Veiem un futur en el qual l'equitat alimentària ja no és un problema i en el qual es posen en marxa sistemes alimentaris inclusius per beneficiar de manera sostenible les poblacions vulnerables de tot el món.

## 4. Establir un sistema de preu just en productes alimentaris produïts a gran escala.

Cal desenvolupar una política de cost real dels aliments a tota la UE que obligui a calcular el cost real dels aliments produïts per corporacions mitjanes i grans i per multinacionals, mitjançant la implementació de l'anàlisi del cicle de vida dels productes alimentaris i avaluacions de l'impacte que aquests tenen. En reflectir aquestes externalitats en el cost d'un producte, el canvi del sistema es pot accelerar i pot proporcionar un model per valorar els aliments alternatiu del que hem tingut fins ara.

## 5. Lluitar contra el malbaratament alimentari també a escala sectorial.

Tenint en compte que el món arribarà als deu mil milions d'habitants l'any 2050 (Kanasi, Ayilavarapu i Jones, 2000), els joves som plenament conscients que actualment el sistema alimentari està malgastant massa recursos. Per arribar a canvis sostenibles i a llarg termini, els consumidors, els minoristes i els responsables polítics han de cooperar. Amb aquest objectiu, es va proposar abordar el malbaratament d'aliments als supermercats i desenvolupar l'estratègia de bioeconomia mitjançant la

qual es creen plans de seguiment de la reducció de les pèrdues en els supermercats que s'incorporen al programa de seguiment de residus alimentaris a tota la UE. Escollim els supermercats com a diana de la nostra crida a l'acció perquè tenen la capacitat d'arribar i influir en tots els altres actors alimentaris. El nostre objectiu principal és conscienciar i, en definitiva, influir en la resta del sistema alimentari perquè segueixi els passos dels supermercats.

## 6. Incloure l'educació en nutrició i alimentació en el marc escolar.

L'educació alimentària i nutricional a l'escola ajudarà tota la comunitat escolar a aconseguir millores persistents en les pràctiques alimentàries diàries i en les perspectives d'infants, famílies i educadors. Creiem que abordar les implicacions nutricionals, sanitàries i ambientals dels aliments en els currículums educatius dels infants, així com proporcionar suport i recursos a les famílies i els educadors sobre dietes saludables i sostenibles, és la millor manera de frenar l'actual augment de les taxes de malnutrició i la prevalença de malalties cardiovasculars en adults (Volkert *et al.*, 2019), i també de millorar la nostra situació d'emergència climàtica mitjançant una alimentació centrada en la salut de les persones i del planeta.

## 4. CONCLUSIONS

Així doncs, tenim un document complet que aborda en profunditat la visió de les noves generacions sobre l'estat del nostre sistema alimentari i que en fa paleses les necessitats per tal d'assolir els objectius de la UE en matèria de salut humana i planetària. Un document que reflecteix la implicació i la voluntat dels joves de fer sentir la seva veu i poder prendre part en les decisions que impliquen el futur de la nostra població i del nostre planeta.

Hem de garantir que els joves formin part del debat per a la configuració del futur del sistema alimentari i fomentar que totes les parts interessades s'asseguin a la taula, amb l'objectiu que totes les opinions hi siguin representades. Som els joves qui veurem el nostre futur més afectat per les decisions preses avui i és fonamental que se'ns inclogui i que tinguem accés als diàlegs i als processos d'innovació. Creiem en la creació de sistemes inclusius, fet que requereix que totes les parts implicades en la cadena alimentària treballin juntes per trobar solucions als enormes reptes alimentaris als quals s'enfronta actualment el nostre món. Tots tenim un paper a fer perquè això succeeixi. Seguirem treballant perquè les qüestions plantejades pels FFM al menú pel canvi es llegeixin se-

riosament i serveixin com a catalitzador per a la implicació dels joves en la transformació del sistema alimentari actual.

## BIBLIOGRAFIA

BALAKUMAR, P.; MAUNG-U, K.; JAGADEESH, G. (2016). «Prevalence and prevention of cardiovascular disease and diabetes mellitus». *Pharmacological Research* [en línia], vol. 113, núm. 1, p. 600-609. <<https://doi.org/10.1016/j.phrs.2016.09.040>>.

BENTON, T.; HARTEL, T.; SETTELE, J. (2011). «Food security: A role for Europe». *Nature* [en línia], vol. 480, núm. 7375, p. 39. <<https://doi.org/10.1038/480039d>>.

BRENNAN, A.; BROWNE, S. (2021). «Food waste and nutrition quality in the context of public health: A scoping review». *International Journal of Environmental Research and Public Health* [en línia], vol. 18, núm. 10, p. 5379. <<https://doi.org/10.3390/ijerph18105379>>.

EAT-LANCET COMMISSION (2019). *Food, planet and health: Healthy diets from sustainable food systems* [en línia]. Oslo: EAT-Lancet Commission. <<https://eatforum.org/eat-lancet-commission/eat-lancet-commission-summary-report/> [Consulta: 13 abril 2022].

EUROPEAN COMMISSION (2021). *Agri-food data portal* [en línia]. Brussel·les: EC. <<https://agridata.ec.europa.eu/extensions/DataPortal/home.html>> [Consulta: 18 abril 2022].

EUROPEAN ENVIRONMENT AGENCY (EEA) (2017, actual. 23 novembre 2020). «The agricultural sector is one of the main land users in Europe and thus shapes landscapes in rural areas». A: EEA (coord.). *Agriculture topics* [en línia]. Copenhaguen: EEA. <<https://www.eea.europa.eu/themes/agriculture/intro>> [Consulta: 9 abril 2022].

FOOD COMMUNITY OF THE EUROPEAN INSTITUTE OF INNOVATION AND TECHNOLOGY (EIT Food) (2021a, actual. 28 novembre 2021). *Gen Z demand overhaul of food system to protect the planet* [en línia]. Budapest: EIT Food. <<https://www.eitfood.eu/news/post/gen-z-demand-overhaul-of-food-system-to-protect-the-planet>> [Consulta: 12 abril 2022].

— (2021b, actual. 30 novembre 2021). *A generation calling for urgent action: The FutureFoodMakers and the Menu for Change* [en línia]. Budapest: EIT Food. <<https://www.eitfood.eu/blog/post/the-menu-for-change>> [Consulta: 12 abril 2022].

GAVUROVA, B.; RIGELSKY, M.; IVANKOVA, V. (2021). «Greenhouse gas emissions and health in the countries of the European Union». *Frontiers in Public Health* [en línia], vol. 9, article 756652. <<https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.756652>>.

KANASI, E.; AYILAVARAPU, S.; JONES, J. (2000). «The aging population: Demographics and the biology of aging». *Periodontology 2000* [en línia], vol. 72, núm. 1, p. 8-13. <<https://doi.org/10.1111/prd.12126>>.

LAUREN, B. N. [et al.] (2021). «Predictors of households at risk for food insecurity in the United States during the COVID-19 pandemic». *Public Health Nutrition* [en línia], vol. 24, núm. 12, p. 3929-3936. <<https://doi.org/10.1017/S1368980021000355>>.

TSIAFOULI, M. A. [et al.] (2015). «Intensive agriculture reduces soil biodiversity across Europe». *Global Change Biology* [en línia], vol. 21, núm. 2, p. 973-985. <<https://doi.org/10.1111/gcb.12752>>.

UNITED NATIONS (2015). *Transforming our world: The 2030 Agenda for Sustainable Development*. Nova York: UN. També disponible en línia a: <<https://sdgs.un.org/2030agenda>> [Consulta: 26 març 2022].

VOLKERT, D. [et al.] (2019). «ESPEN guideline on clinical nutrition and hydration in geriatrics». *Clinical Nutrition* [en línia], vol. 38, núm. 1, p. 10-47. <<https://doi.org/10.1016/j.clnu.2018.05.024>>.

WILLIAMS, P. C. [et al.] (2021). «Ethical considerations regarding the effects of climate change and planetary health on children». *Journal of Pediatrics and Child Health* [en línia], vol. 57, núm. 11, p. 1775-1780. <<https://doi.org/10.1111/jpc.15704>>.