

## Programa de Reconocimiento

El Programa de Reconocimiento de Get Food Smart TN es un programa de reconocimiento voluntario administrado por la Oficina de Políticas y Prácticas Sostenibles del Departamento de Ambiente y Conservación de Tennessee.

Se reconocerá a los participantes del programa por acciones conscientes en cuanto al desperdicio de alimentos que implementan en las operaciones. La meta del programa es destacar las mejores prácticas en reducción, recuperación y/o desvío de alimentos y alentar a las entidades para tomar acción en estas prácticas.

**Si está interesado en aplicar al programa de reconocimiento, por favor visite:**

[www.getfoodsmarttn.com](http://www.getfoodsmarttn.com)

**Get Food Smart TN** es un nuevo programa del estado de Tennessee, el cual proporcionará recursos a los habitantes de Tennessee para disminuir el desperdicio de alimentos y aumentar la recuperación y el desvío de los mismos.



Reduzca el Desperdicio de Alimentos

# Get Food Smart TN



Reduzca el Desperdicio de Alimentos

Fomentando el uso consciente de los alimentos y mejorando la sostenibilidad de los recursos alimentarios de Tennessee.

[www.getfoodsmarttn.com](http://www.getfoodsmarttn.com)

# ¿Qué puede hacer **Usted** para reducir el Desperdicio de Alimentos?

## ¿Qué es el Desperdicio de Alimentos y la Recuperación de Alimentos?

El desperdicio de alimentos ocurre cuando se pierden o desechan alimentos nutritivos.

*Aproximadamente 1.3 mil millones de toneladas de alimentos producidos para el consumo humano se pierden o desperdician por año, lo cual equivale a 200 millones de elefantes africanos o 13.400 portaaviones Clase Nimitz.*

La Recuperación de Alimentos es un enfoque que busca abordar y reducir la comida desperdiciada y los efectos relacionados a lo largo de todo su ciclo de vida.



### Cree una "Caja de Alimentos para Comer Primero"

- Coloque una caja pequeña de madera o cartón en un área visible de su refrigerador.
- Llene la caja con artículos que deben comerse primero y/o rápidamente para prevenir que se descompongan.



### Almacene los alimentos adecuadamente para extender su vida útil

- Hierbas: Almacene las hierbas con sus tallos en un vaso de agua.
- Almacene aguacates maduros en el refrigerador hasta que estén listos para usarse.
- Congele la harina para mantenerla fresca por más tiempo.
- Envuelva queso sobrante en papel encerado suelto, no en plástico.



### Compre de forma inteligente y realista

- Planifique las comidas.
- Haga listas de compra detalladas con los ingredientes que necesitará.
- Compre frutas y verduras de fuentes locales y demás alimentos de mercados de agricultores locales.



### Guarde las sobras

- Guarde alimentos sin consumir cuando cocine de más o cuando pida demasiada comida en un restaurante.
- Etiquete sus sobras para que pueda mantener un registro de cuánto tiempo han estado en su refrigerador o congelador.
- Incorpore las sobras a su rutina diaria o semanal.



### Evite el desorden en su refrigerador, despensa y congelador

- Mantenga las cosas limpias y visibles.
- Use el principio de "primero adentro, primero afuera".
- Luego de hacer compras nuevas, mueva los productos más viejos al frente para que los pueda consumir primero.