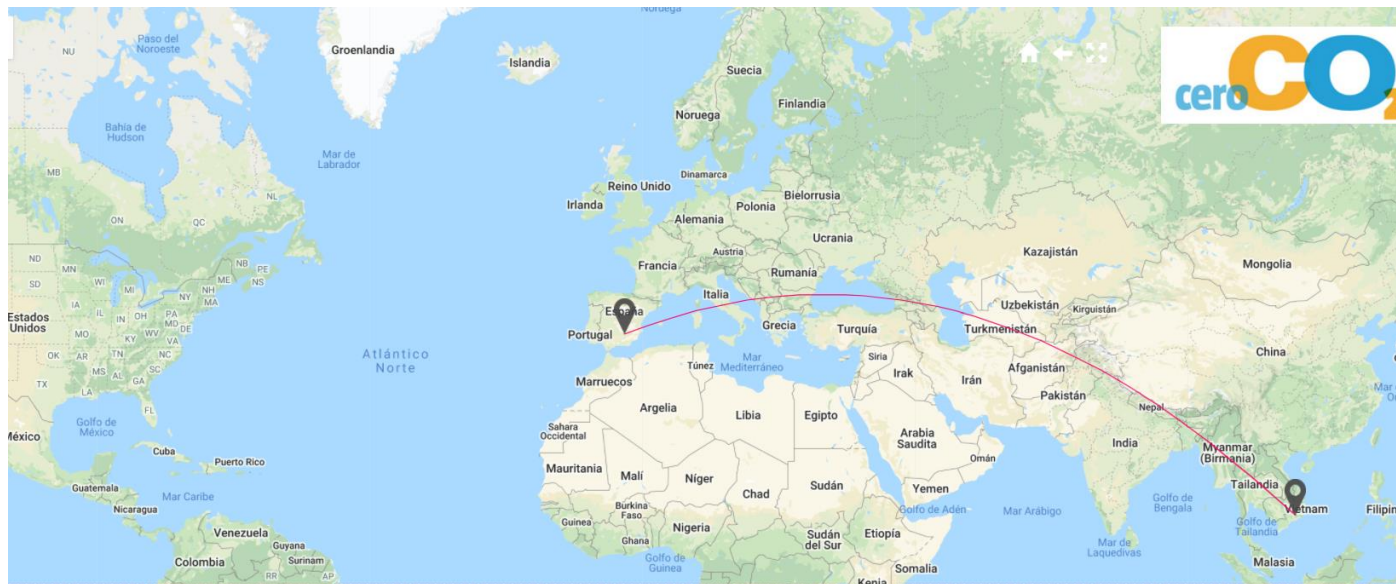


# LA IMPORTANCIA DE COMPRAR **ALIMENTOS DE PROXIMIDAD**

- ¿Te has preguntado alguna vez la procedencia de los alimentos que tienes sobre la mesa?  
¿Sabes cuál es la huella de carbono que ha dejado a su paso hasta llegar ahí?

## **GAMBAS**



Alimento: **GAMBAS**  
Comercio: **MERCADONA**  
Procedencia: **VIETNAM**  
(Asia)

Distancia  
10762 km

Se genera más de  
737 kg de CO<sub>2</sub>

Alimento: **GAMBAS**  
Comercio: **Tienda local**  
Procedencia: **HUELVA (España)**



No genera CO<sub>2</sub>  
**Alimento DE PROXIMIDAD**  
(Alimentos km 0)

¿Qué tan frecuentemente la consumes?

1 - 2 veces a la semana

85 g por porción

# FRUTA, Uva – Frutos rojos

¿Cómo afecta tu dieta el medio ambiente?

¿Qué comida quieres?

Frutos rojos y uvas


¿Qué tan frecuentemente la consumes?

3 - 5 veces a la semana




1 puñado por porción

Tu consumo anual de frutos rojos y uvas añade **25 kg** a tus emisiones anuales de gases de efecto invernadero.

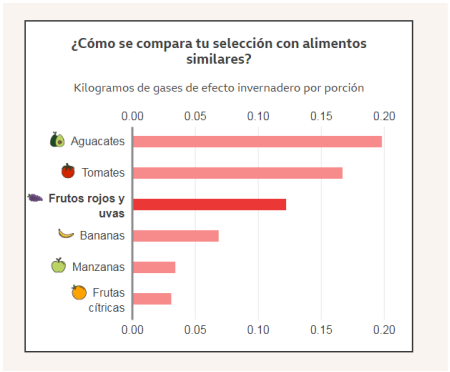


Eso es el equivalente de conducir un auto de gasolina por **105 kilómetros**.

Tu consumo de frutos rojos y uvas también utiliza

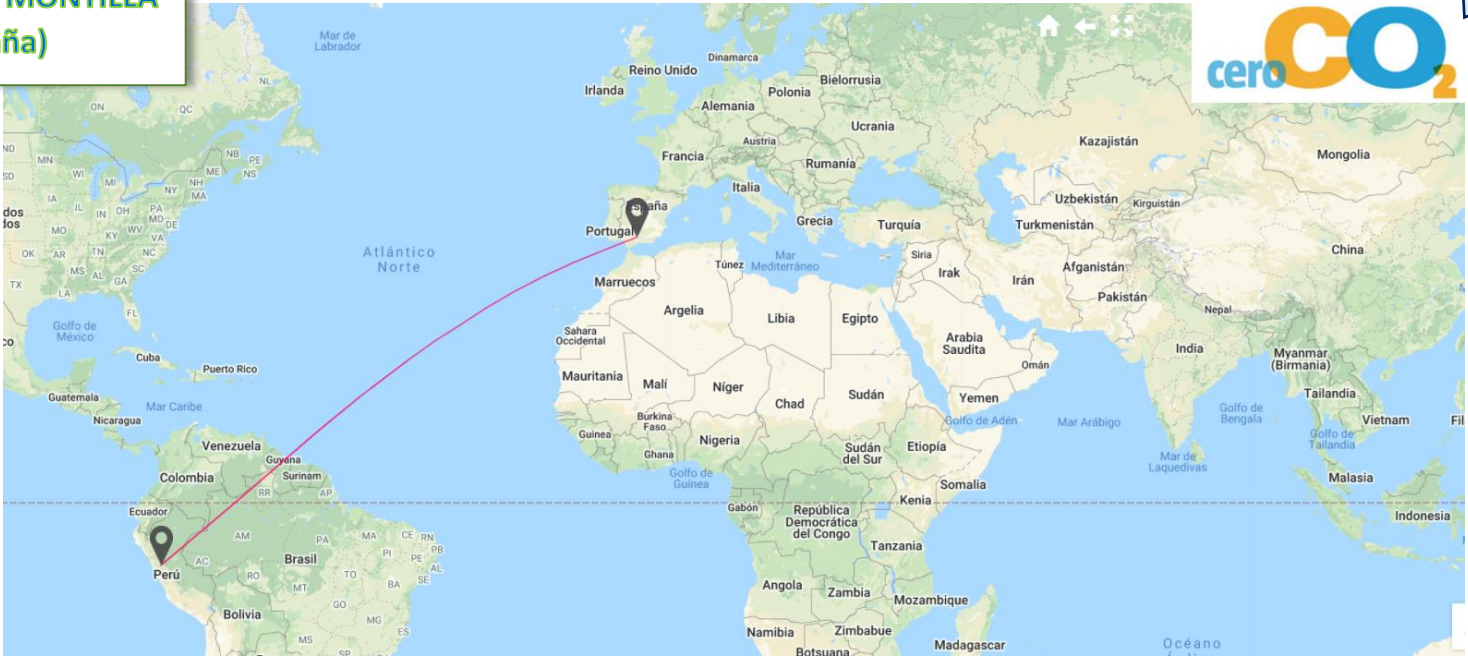


**6.982 litros de agua**, que equivalen a **107 duchas** de ocho minutos de duración.



**Alimento: UVA**  
**Comercio: Tienda local**  
**Procedencia: MONTILLA (España)**

**ALIMENTO DE PROXIMIDAD**



**Alimento: UVA**  
**Comercio: DÍA**  
**Procedencia: Perú (América)**

**Distancia 9374 km**

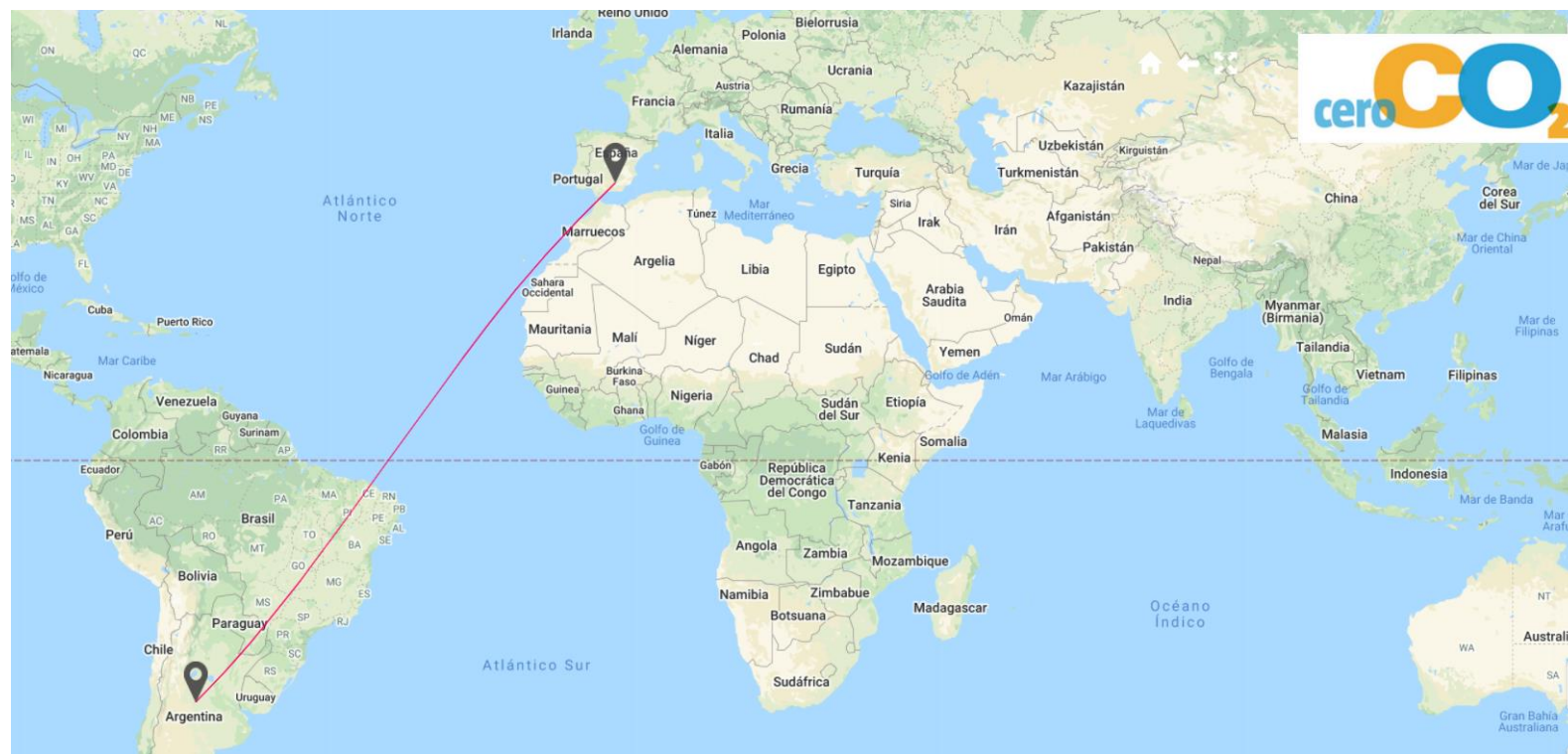
**Se genera más de 625 kg de**



# Legumbres

Alimento: ALUBIAS BLANCAS  
Comercio: ALSARA  
Procedencia: ARGENTINA (América)

Distancia 10480  
km



Alimento: ALUBIAS  
BLANCAS  
Comercio: Tienda  
local  
Procedencia: Fernán  
Núñez (España)

ALIMENTO DE PROXIMIDAD

**Muchos de los alimentos que terminan en la cesta de la compra tienen que recorrer largas distancias desde su origen hasta llegar a nuestras mesas y su viaje provoca un GRAVE DAÑO AMBIENTAL debido al aumento de emisiones de CO<sub>2</sub> derivado de su transporte.**