



# CÀPSULES DE SOSTENIBILITAT

15/12/2018

## L'ALVOCAT DE VERD NO EN TÉ RES



**Nutritiu, saludable, versàtil..., amb aquestes propietats l'avocat no para de guanyar adeptes a casa nostra però aquest aliment tropical també conté desforestació, apropiació d'aigua i narcotràfic.**

**L'avocat està de moda.** En poc temps ha passat de ser una fruita exòtica i desconeguda que consumíem en esdeveniments especials a ser una de les més desitjades de casa nostra i que trobem tot l'any al mercat. Qui no ha menjat un avocat aquesta setmana?

Les receptes amb aquest aliment no paren de créixer i és normal. L'avocat és ric en àcids grassos insaturats i en potassi, està ple d'antioxidants i conté una gran quantitat de vitamines, minerals i fibra. Tot plegat fa que se li atribueixen [beneficis tan importants per la salut](#) com ajudar-nos a tenir un cor sa, a regular els nivells de sucre en sang, a envellir millor, a tenir una vista més bona i una pell més saludable.... A dia d'avui l'avocat ja és considerat l'aliment de les mil virtuts.

Disposar però d'avocats amb tanta regularitat té un preu social i ambiental que sovint desconeixem.

Tot i que en produïm suficients per al nostre consum, si més no l'any 2016, la major part de la producció espanyola es destina a l'exportació i per tant n'hem d'importar per satisfer la nostra pròpia demanda. **Quin sentit té exportar avocats per després tornar-ne a importar?** Fer-los anar amunt i avall exigeix un elevat consum de combustible amb el conseqüent impacte ambiental que això comporta. I no només n'importem per nosaltres sinó també per exportar-los a altres països europeus, ja que garantir avocats tot l'any és una manera de fidelitzar clients. A l'estat espanyol [la recollida de l'avocat es realitza entre els mesos de novembre i maig](#).

Veiem algunes dades: Si en fixem en l'any 2016, [vam produir més de 91.000 tones d'avocats segons dades del Ministeri d'Agricultura](#), la majoria concentrades a Màlaga i Granada. D'aquestes, [tan sols un 20 % les vam destinar al consum intern](#), segons afirma l'Associació

Espanyola de Productors de Fruites Tropicals i la resta les vam vendre a l'exterior, sobretot a França, Alemanya, Països Baixos i Regne Unit. Però a més [vam importar unes 88.000 tones](#), sobretot de Perú i Mèxic i en [vam exportar gairebé 92.000](#) als mateixos països europeus, segons [la base de dades de comerç exterior de l'Agència Tributària](#).

Si ens fixem a escala mundial, l'alvocat es cultiva principalment en països com els EUA, Indonèsia, Xile, Perú i Mèxic. De fet, Mèxic s'ha convertit en el primer exportador d'alvocat, amb més del 50% de la producció mundial.

Europa consumeix entre 400.000 i 500.000 tones d'alvocat a l'any, dels quals un 10 % són espanyols, segons la [base de dades Comtrade](#).

**Però quines són les conseqüències d'aquesta febre verda?** Més enllà de les tones de Co2 que s'emeten a l'atmosfera derivades del seu

transport internacional, el consum massiu d'aquesta fruita ha suposat, en els països del sud, greus impactes ambientals com: la desforestació, una sobreexplotació de l'aigua, grans volums de fusta per transportar els alvocats, etc. A més també ha tingut efectes nocius per a les poblacions locals, que van des de la manca d'aigua de boca a Xile, a problemes de salut per l'elevat ús d'agroquímics fins a assassinats o extorsions a Mèxic per la introducció dels cartels del narcotràfic i el crim organitzat en el negoci de l'alvocat.

Es necessiten 1.000 litres d'aigua per a 3 alvocats, segons la [investigació realitzada per Anne-Fleur Delaistre](#). De fet, la seva textura cremosa s'aconsegueix gràcies a l'elevada necessitat hídrica de la planta.

Menjar alvocat té beneficis per la nostra salut però **millor consumir-ne amb moderació** sinó volem que se'ns indigesti el seu cantó fosc.

## Per on començar?

- **Consumeix alvocats amb moderació**, de proximitat i de [temporada](#).
- Opta pels **alvocats de cultiu ecològic**, ja que fan un consum més exhaustiu de l'aigua i no usen productes químics.
- Si tens un hort o un jardí **planta el teu arbre d'alvocats**.
- **Difon l'impacte social i ambiental** d'aquest aliment entre els teus amics i familiars.
- **Crea nous plats** substituint les receptes amb alvocats per altres productes locals i ecològics.

## Més informació



La Fàbrica del Sol  
Pg. Salvat Papasseit, 1 08003  
Barcelona 932564430  
lafabricadelsol@bcn.cat

Ajuntament de  
Barcelona

