

Alimentos locales y de temporada

¿Por qué es importante consumirlos?

Nuestro sistema alimentario **genera un tercio del total de las emisiones de Gases de Efecto Invernadero (GEI).**

Para reducir las emisiones GEI y con ello la huella de carbono, **consumir alimentos locales y de temporada es indispensable**, ya que mientras menos sea la distancia que viajan los alimentos, menor es el impacto negativo al planeta.

Esto permite combatir **el cambio climático** y obtener beneficios ambientales como:



La disminución del uso de insumos
(agua, energía, combustible, etc.)



La reducción de la generación de residuos resultantes de empaques y envases



La disminución de la explotación del suelo, mejorando su salud e incrementando la cantidad de nutrientes de los alimentos

Tener mayor conciencia y hacer pequeños cambios ayudará a mejorar la calidad del medio ambiente y la salud.

¿? **¿Conoces qué alimentos están de temporada en donde vives?**

Haz clic [aquí](#) y consulta el **calendario de frutas y verduras de temporada** de la Procuraduría Federal del Consumidor PROFECO.



Si quieres conocer tu huella de carbono, haz clic aquí