GOETHEANUM COMUNICACIÓN

Goetheanum, Dornach, Suiza, 15 de septiembre de 2023

**«Aprender a entender el agua significa proteger la vida»**

**Para el Día Mundial de la Alimentación 2023: El agua es vida. El agua es alimento.**

**El equilibrio hídrico de la Tierra está desequilibrado. Las condiciones meteorológicas extremas a veces provocan sequías, a veces inundaciones. El agua en sí no es la causa, sino una expresión de las condiciones generales provocadas en gran medida por el ser humano.**

Como comenta Jasmin Peschke, directora del Departamento de Nutrición del Goetheanum, con motivo del Día Mundial de la Alimentación 2023: «No podemos esperar a que alguien nos dé una gran solución global para el problema del agua; tenemos que entender y atajar las causas». La doctora en ecotrofología está convencida de que un paso importante es la elección consciente de los alimentos.

El poder de cambiar las cosas no reside sólo en las empresas, sino también en el consumidor individual. «Si elijo alimentos cultivados orgánica o biodinámicamente, contribuyo a que las aguas subterráneas no se contaminen con un exceso de nitratos o pesticidas. Además, apoyo la gestión de un suelo que puede absorber y almacenar agua porque ha acumulado humus y está cubierto de vegetación durante todo el año», afirma la experta en nutrición. Así se garantiza también la calidad de la producción alimentaria, para la que el agua es un ingrediente importante.

«Mejorar la situación del agua nos concierne a todos», advierte Jasmin Peschke. Más de 2400 millones de personas viven con escasez de agua o con agua contaminada. En todo el mundo, los recursos de agua dulce por persona han disminuido un 20 por ciento en las últimas décadas. Sin agua, los procesos fisiológicos de los organismos vivos se ven alterados: Se ven afectados, por ejemplo, el transporte de sustancias nutrientes y productos residuales, la regulación de la temperatura y el abastecimiento básico de células y tejidos.

«El agua en sí no supone ningún peligro, pero se adapta a condiciones propicias y adversas. Entender el agua significa proteger y mejorar la vida», resalta Jasmin Peschke con motivo del Día Mundial de la Alimentación 2023:‚El agua es vida. El agua es alimento.

(2002 caracteres/SJ; traducido por Michael Kranawetvogl)

**Web** www.sektion-landwirtschaft.org/es/alimentacion

**Contacto** Jasmin Peschke, nutrition@goetheanum.ch