



Turismo **En**
COMUNidades

Revista Científica de Turismo

ISSN. Depósito Legal: ppi201402ME4569

Año 4 Núm Único Ene-Dic 2025

**Un diálogo sobre
sostenibilidad, inclusión
y gastronomía local**

La Gastronomía Sostenible: un análisis de sus dimensiones, y desafíos en el contexto actual

Biog. Daniela Briceño Piñero.

Resumen.

La gastronomía sostenible representa un paradigma emergente en el sector alimentario que busca integrar consideraciones ambientales, sociales y económicas en la producción, distribución y consumo de alimentos. Esta práctica transdisciplinaria promueve sistemas alimentarios más justos, equitativos y resilientes, contribuyendo a la conservación de la biodiversidad, la mitigación del cambio climático y el desarrollo local. La dimensión ambiental de la gastronomía sostenible se centra en minimizar el impacto ambiental de la producción y consumo de alimentos, a través de prácticas agrícolas sostenibles, la reducción del desperdicio alimentario y la optimización del uso de recursos naturales. La dimensión social busca garantizar la equidad y la justicia en la cadena alimentaria, apoyando a pequeños productores, promoviendo el consumo local y asegurando condiciones laborales dignas para los trabajadores. La dimensión económica, por su parte, se enfoca en la viabilidad a largo plazo de los sistemas alimentarios, impulsando la innovación y la creación de valor. La interrelación entre estas tres dimensiones es fundamental, ya que una acción en una dimensión impacta directamente en las otras. Por ejemplo, las prácticas agrícolas sostenibles no solo benefician al medio ambiente, sino que también pueden mejorar la calidad de los alimentos y generar mayores ingresos para los productores. Los principales desafíos que enfrenta la gastronomía sostenible incluyen la falta de regulación clara, la escasez de información y educación, la complejidad de los sistemas alimentarios globalizados y la resistencia al cambio. Sin embargo, la gastronomía sostenible ofrece múltiples beneficios, como la mejora de la salud pública, la preservación de la cultura alimentaria y el desarrollo de economías locales.

Palabras clave:

Gastronomía sostenible, sostenibilidad, producción local, agricultura ecológica, residuos alimentarios.

Introducción

La cocina, más allá de ser un simple acto culinario, ha desempeñado un papel crucial en la evolución humana. Según Eduardo Punset (2011), el descubrimiento del fuego y la domesticación de este para cocinar los alimentos no solo modificó nuestra dieta, sino que también sentó las bases para la formación de las primeras sociedades. Comprender el origen primitivo de la cocina y más aun de la gastronomía, tiene como propósito de comprender la importancia que la gastronomía ha tenido en el desarrollo de los seres humanos como especie, y cómo la diversidad de culturas fue adoptando diferentes expresiones culturales de lo que es la gastronomía, lo que hoy en día puede caracterizar un lugar y una cultura en específico. Así pues, esta se relaciona con la cultura en cuanto a que la comida, constituye un pilar fundamental de la identidad cultural de cada país o región, incluso, en los países, cada comunidad puede tener platos y costumbres culinarias únicas que reflejan su historia, sus tradiciones y su forma de vida.

Haciendo una revisión se encontró que, el autor Cartay (2019) realizó una investigación exhaustiva del concepto de gastronomía, encontrando en documentos del autor Montecinos-Torres (2012) citado por Cartay (2019), una definición que expresa que la gastronomía “es el conocimiento razonado del arte de producir, crear, transformar, evolucionar, preservar y salvaguardar la actividad, el consumo, uso, gozo, disfrute de manera saludable y sostenible el patrimonio gastronómico mundial cultural, natural, inmaterial, mixto y todo lo que respecta al sistema alimentario de la humanidad”. También dentro de la gastronomía se incluyen la investigación de nuevas tendencias, recuperar, conservar y promover la cultura gastronómica nacional y de crear productos gastronómicos innovadores atendiendo a las demandas de los comensales, a las condiciones económicas, políticas y sociales que tienen gran influencia en este ambiente tan extenso que abarca el campo de los alimentos (Hernández et al., 2016). Es por ello que estos elementos que se interrelacionan entre sí y dan lugar a diversas combinaciones, propician que la gastronomía reciba diversas denominaciones desde la perspectiva de la ciencia, el arte y de la disciplina lo que hace complejo su estudio.

La gastronomía y el turismo forman una simbiosis indisoluble, los sabores, aromas y texturas de la cocina local se convierten en embajadores culturales, transmitiendo la identidad y el alma de un destino. Al degustar un plato típico, los turistas no solo satisfacen su paladar, sino que también viven una experiencia sensorial que los conecta con la historia y la cultura del lugar, convirtiendo a la gastronomía en un elemento esencial de la oferta turística. Así también, la gastronomía es un pilar fundamental del turismo, generando ingresos económicos y un impacto significativo en las localidades. Para Schlüter et al. (2008), la gastronomía siempre estará presente en la actividad turística, sea motivación principal (rutas gastronómicas), sea motivo secundario (comer en el destino turístico visitado), es decir, existen dos tipos de visitantes, el que viaja para comer y el que come porque viaja. Sin embargo, su desarrollo también puede acarrear consecuencias ambientales y sociales. Analizar estos impactos y diseñar estrategias de gestión sostenible es crucial para garantizar un desarrollo responsable que minimice su huella ecológica y maximice los beneficios para las comunidades locales.

El origen del concepto de desarrollo sostenible está asociado a la preocupación creciente existente en la comunidad internacional en las últimas décadas del siglo XX al considerar el vínculo entre el desarrollo económico y social y sus efectos sobre el medio natural. Esto no es un conflicto nuevo. Lo nuevo, en su momento, fue la magnitud y extensión alcanzada por el mismo, que condujo a una valoración sobre sus consecuencias futuras, incluida dentro de ellas la capacidad de supervivencia de la especie humana (Gómez, 2015).

En este contexto de sostenibilidad asociada a la gastronomía, surge en Europa en 1989 un importante movimiento denominado “Slow Food”, en contraposición al término “Fast Food”, el cual es una organización global de base fundada por Carlo Petrini, cuyo objetivo se traduce en la sostenibilidad de la gastronomía, ya que promueve prevenir la desaparición de culturas y tradiciones alimentarias locales, y para contrarrestar el auge de los ritmos de vida acelerados y para combatir el desinterés general sobre los alimentos que se consumen, su procedencia y la forma en la que las decisiones alimentarias afectan el mundo. Desde sus comienzos, Slow Food se ha convertido en un movimiento mundial que hoy involucra a millones de personas en más de 160 países que trabajan para asegurar que todo el mundo tenga acceso a una alimentación buena, limpia y justa (Slow Food, 2024).

Desde el inicio de esta conceptualización han surgido iniciativas de consumo sustentable y saludable alrededor del mundo, de las cuales han prosperado acciones sociales a favor de la preservación del medio ambiente, como la producción de alimentos libres de pesticidas, fungicidas y agroquímicos, que son controlados durante toda la cadena productiva, y que garantizan productos orgánicos, frescos y saludables para el consumidor, dando con ello origen al término de Gastronomía Sostenible, equilibrando la balanza entre producción y consumo de forma humanizada en condiciones justas para todos (Buitrago, Chitiva, 2017).

De acuerdo (Aguirre y Cobos, 2021) La gastronomía sostenible como tendencia responde a la necesidad de optimizar los recursos en el sector alimentario, generando beneficios a lo largo de toda la cadena de valor. Desde el productor hasta el consumidor final, todos se ven favorecidos por prácticas que promueven la sustentabilidad.

Para la organización de la Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), la Gastronomía Sostenible es sinónimo de una cocina que tiene en cuenta el origen de los ingredientes, cómo se cultivan y cómo llegan a nuestros mercados y, finalmente, a nuestros platos. Desde 2016, se celebra el Día Mundial de la Gastronomía Sostenible, cada 18 de junio, el cual promueve una alimentación saludable y sostenible. Impulsada por la ONU, en colaboración con la UNESCO y la FAO, esta iniciativa busca reconocer la gastronomía como un patrimonio cultural y un motor para el desarrollo sostenible, al fomentar hábitos alimenticios responsables y valorar la diversidad culinaria, se contribuye a construir un futuro más justo y equitativo para todos. Silva et al. (2022).

La sostenibilidad alimentaria es un desafío que requiere la colaboración de todos los actores involucrados: productores, empresas, gobiernos y consumidores. Al fomentar el consumo de pro-

ductos locales y sostenibles, se fortalece la agricultura local, se garantiza la seguridad alimentaria y se protege el medio ambiente. La gastronomía sostenible es un puente que conecta estos esfuerzos y contribuye a un sistema alimentario más justo y equitativo.

Buitrago y Chitiva (2017) ofrecen una visión integral de la gastronomía sostenible, enfatizando la importancia de una cadena alimentaria que respete los ciclos naturales y reduzca su impacto ambiental. Ureta (2016), ampliando este concepto, propone cuatro pilares fundamentales que guían la transición hacia un sistema alimentario más justo y sostenible. Al incorporar la gestión ética de los recursos económicos y el fomento de la equidad social, el autor enriquece la comprensión de la gastronomía sostenible, mostrando cómo esta práctica no solo beneficia al medio ambiente, sino también a las comunidades y a la economía.

Se debe hacer hincapié en que la gastronomía sostenible, a partir de su cadena de suministro, valoriza los productos, la cultura, la sociedad y el uso responsable de recursos naturales, permitiendo la unión del patrimonio natural y cultural. Lo que hace que cada vez sean más quienes se identifican con este concepto gastronómico (Cárdenas y Sanmartín, 2012).

Dimensiones de la Gastronomía Sostenible:

La gastronomía sostenible abarca múltiples dimensiones que interactúan entre sí para crear una experiencia culinaria respetuosa con el medio ambiente, la cultura y la sociedad. Estas dimensiones se pueden agrupar en tres grandes áreas:

1. La Dimensión Ambiental: La dimensión ambiental de la gastronomía, se vincula directamente con el nivel primario de producción de los alimentos, en esta etapa, prevalece la promoción de prácticas agroecológicas, y de reducción de la huella de carbono, el uso consciente del agua, donde los productores y agricultores puedan transformar los medios de producción de alimentos convencionales por aquellos más respetuosos con el ambiente. Uno de los elementos a destacar dentro de la gastronomía, es poder priorizar ingredientes cultivados o producidos localmente y en su temporada natural, para ser incorporados en los menús de los restaurantes, esto reduce la huella de carbono del transporte y promueve la agrobiodiversidad de las comunidades y pueblos y la cultura culinaria de los mismos.

Para la gastronomía sostenible es importante la aplicación de agricultura ecológica o agroecología, esta se refiere a que durante la producción en sí de los alimentos agrícolas y agropecuarios, sean los productores capaces de optar por sustitutos ecológicos de pesticidas o fertilizantes químicos, ya que es bien sabido que estos causan daños no solo a los consumidores finales, sino también a quienes los aplican, además de agotar la vida útil de los suelos y fuentes de aguas utilizados para la agricultura, también afecta el valor nutricional de los alimentos.

Para la gastronomía sostenible es importante la aplicación de agricultura ecológica o agroecología, esta se refiere a que durante la producción en sí de los alimentos agrícolas y agropecuarios, sean los

productores capaces de optar por sustitutos ecológicos de pesticidas o fertilizantes químicos, ya que es bien sabido que estos causan daños no solo a los consumidores finales, sino también a quienes los aplican, además de agotar la vida útil de los suelos y fuentes de aguas utilizados para la agricultura, también afecta el valor nutricional de los alimentos.

El movimiento “Zero Waste” o “Residuo Cero”, debe gran parte de su origen a las investigaciones de Paul Palmer, quien en 2005 publicó su libro “Getting to Zero Waste”. En esta obra pionera, Palmer exploró diversos métodos de reciclaje y gestión de residuos, ofreciendo valiosas recomendaciones para implementar un estilo de vida más sostenible. Si bien los aportes de Palmer fueron fundamentales, fue la escritora y activista ambiental Bea Johnson quien catapultó este movimiento a la esfera internacional, ampliando su alcance y popularizándolo a nivel global. (Aquaefundacion, 2024)

Este movimiento promueve y se basa en la regla de las 5 Rs, que son (Zerowaste, 2024):

- Rechazar lo que no necesitamos: Evitar productos innecesarios y aquellos que vienen en envases de un solo uso.
- Reducir lo que necesitamos: Comprar menos y optar por productos de mejor calidad y durabilidad.
- Reutilizar cambiando los desechables por alternativas reutilizables y comprando de segunda mano: Usar servilletas de tela, recipientes de vidrio y utensilios duraderos en lugar de plásticos desechables.
- Reciclar aquello que no podemos rechazar, reducir o reutilizar: Separar correctamente los residuos para su reciclaje.
- Rot (compostar): Compostar los residuos orgánicos para devolver nutrientes a la tierra.

A través de estas bases, el movimiento en cuestión promueve una transformación profunda en los hábitos de consumo y en la relación del ser humano con su entorno. Más allá de la gestión de residuos, busca cultivar una conciencia ambiental que reconozca la importancia de preservar los ecosistemas. Al comprender que cada acción individual repercute en el medio ambiente, se fomenta una responsabilidad colectiva para mitigar los impactos negativos y promover prácticas más sostenibles.

Estos valores también trascienden al ámbito gastronómico, ya que este movimiento no solo promueve el cero residuo a nivel de materiales sino también en torno a los alimentos que consumimos, es por ello que en la gastronomía sostenible la tendencia de cocina de aprovechamiento se basa en los principios básicos del cero residuo. El autor, Luis De la Nuez (2019), en su artículo “Cocina de aprovechamiento, un aporte para la sostenibilidad” define la cocina de aprovechamiento como una técnica que utiliza los desperdicios de comida y las partes de los alimentos que normalmente se desechan para la elaboración de nuevos platos. Esta práctica busca aprovechar al máximo los recursos alimentarios, reduciendo así el desperdicio orgánico y fomentando la creatividad culinaria.

La importancia de la cocina de aprovechamiento para la sostenibilidad radica en su capacidad para contrarrestar los efectos negativos del desperdicio de alimentos, que incluye la pérdida de recursos naturales como suelos, agua y energía, así como el impacto ambiental asociado a la producción de alimentos (Arboleya, 2014). Al implementar esta técnica, se contribuye a una gestión más responsable de los recursos, se reducen los desechos y se promueve un consumo más consciente, lo que es esencial para abordar la problemática medioambiental, social y económica relacionada con el desperdicio de alimentos.

En cuanto a la utilización del agua, el consumo responsable de agua y energía en la gastronomía sostenible representa una práctica clave en la optimización de recursos y la mitigación del impacto ambiental en la industria alimentaria (Cárdenas y Sanmartín, 2012). Esta filosofía implica la adopción de estrategias encaminadas a reducir el consumo de agua y energía en todas las etapas del proceso gastronómico, desde la producción hasta el servicio. A través de la implementación de tecnologías eficientes, la optimización de procesos y la promoción de prácticas sostenibles, los establecimientos gastronómicos pueden minimizar su huella hídrica y energética, contribuyendo de manera significativa a la preservación de los recursos naturales y a la lucha contra el cambio climático. Entre las medidas más destacadas se encuentran la reparación de fugas, la utilización de equipos eficientes, la reducción del desperdicio de alimentos y la promoción de prácticas de consumo consciente entre los clientes.

La gastronomía sostenible desempeña un papel crucial en la conservación de la biodiversidad a través de la promoción del uso de ingredientes autóctonos y la protección de los ecosistemas locales. Al priorizar productos locales, se fortalece la agricultura familiar y se preservan las variedades locales de plantas y animales, contribuyendo a la diversidad genética y a la resiliencia de los ecosistemas. Asimismo, al reducir las largas cadenas de suministro, se disminuye la huella de carbono asociada al transporte de alimentos, mitigando los efectos del cambio climático. Además, el apoyo a la agricultura ecológica y a las prácticas agroforestales fomenta la creación de hábitats para la fauna y flora autóctona, contribuyendo a la conservación de los ecosistemas y a la preservación de los servicios ecosistémicos que estos proporcionan, como la polinización y el control de plagas. En definitiva, la gastronomía sostenible se convierte en un vehículo para conectar a las personas con su entorno natural, promoviendo una alimentación saludable y sostenible y contribuyendo a la construcción de un futuro más resiliente y equitativo.

2. Dimensión Social: En esta dimensión social, se refiere a los aspectos sociales involucrados en el desarrollo de la gastronomía sostenible, a sus actores y protagonistas, es por ello que, como pilares fundamentales de este apartado, el apoyo a productores locales, se convierte en uno de los principales aspectos a considerar, ya que al colaborar con pequeños productores y comunidades locales, adquiriendo sus productos en un entorno endógeno, se fortalece el tejido social y se garantiza una distribución más equitativa de los beneficios económicos. Esta práctica promueve un modelo de desarrollo rural sostenible, donde los productores agrícolas y pecuarios locales se convierten en protagonistas en la cadena de valor alimentaria.

En este sentido, este apoyo necesario a los productores locales, que utilizan técnicas de producción sostenibles, contribuye a la preservación de la biodiversidad agrícola y tradiciones culinarias, ya que en esta práctica va más allá de simplemente obtener productos frescos y de calidad; se trata de valorar y proteger un patrimonio cultural y natural de las localidades.

Otros de los elementos que se deben considerar dentro de la dimensión social los manipuladores de alimentos, considerados entre ellos los cocineros, chefs y toda aquella persona que prepara alimentos para darle valor, ya sea para un restaurante, evento, o dentro de sus hogares. En este nivel, es importante también que exista conciencia de un uso razonable de los recursos alimenticios, y de los recursos naturales a la hora de darles valor a los alimentos que preparan, no solo debe hacerse al principio de la cadena, sino que se debe tener en cuenta que la sostenibilidad de cuidarse en todos los niveles de las cadenas de valor alimentarias.

3. Dimensión Económica: La dimensión económica de la gastronomía sostenible es fundamental para garantizar la viabilidad a largo plazo de los negocios y el desarrollo de las comunidades locales. Al evaluar estrategias de sostenibilidad económica en la gastronomía se debe considerar, por ejemplo, que implementar prácticas sostenibles no solo beneficia al medio ambiente y a la sociedad, sino que también puede ser una estrategia empresarial rentable a largo plazo. Al adoptar prácticas sostenibles, los negocios gastronómicos pueden optimizar el uso de recursos como agua y energía, reducir el desperdicio de alimentos y utilizar productos de temporada pueden generar ahorros significativos a largo plazo.

Actualmente los consumidores cada vez son más conscientes de los impactos ambientales y sociales de sus decisiones de compra. Al adoptar estas prácticas, los negocios de alimentos pueden mejorar su reputación y atraer a un público más comprometido. Por otro lado, al considerar aplicar estrategias de marketing vinculadas con la sostenibilidad, los clientes pueden valorar a las empresas que comparten sus valores y están dispuestos a pagar un precio premium por productos y servicios sostenibles. (López, 2013)

Ciertamente la demanda de productos y servicios sostenibles a nivel mundial está en constante crecimiento, lo que abre nuevas oportunidades de mercado para los negocios gastronómicos, ampliando de esta manera la competitividad.

Es por ello que ofrecer experiencias gastronómicas únicas y auténticas, y además sostenibles, puede ser una forma de diferenciarse de la competencia y generar un mayor valor percibido por los clientes. Al contar historias sobre los productos, los productores y las tradiciones locales, los negocios gastronómicos pueden crear experiencias memorables que conectan a los clientes con el destino, este tipo de estrategias es muy valorado en el mundo del turismo gastronómico (López, 2013)

En cuanto a los costos de producción, una estrategia que ayuda a los productores es que los negocios de restauración, establezcan relaciones directas con los productores locales, lo que per-

mite reducir el número de intermediarios en la cadena de suministro, lo que, a su vez, se traduce en precios más justos para los productores y los consumidores. Además, los circuitos cortos permiten mayor frescura de los productos, reducción del impacto ambiental, ya que, al reducir las distancias de transporte, se disminuye la huella de carbono asociada a la producción y distribución de alimentos. El apoyo a la economía local también influye cuando se compra directamente a los productores locales, ya que de esta manera se contribuye al desarrollo de las comunidades rurales y se fortalece el tejido social.

Interrelación entre las Dimensiones

La gastronomía sostenible establece una intrincada interrelación entre las dimensiones ambiental, social y económica. La dimensión ambiental se enfoca en minimizar el impacto ambiental de la producción y consumo de alimentos, promoviendo prácticas agrícolas sostenibles, reduciendo el desperdicio y optimizando el uso de recursos naturales. La dimensión social busca garantizar la equidad y la justicia en la cadena alimentaria, apoyando a pequeños productores y promoviendo el consumo local. La dimensión económica, por su parte, se centra en la viabilidad a largo plazo de los sistemas alimentarios, impulsando la innovación y la creación de valor. La vinculación entre estas tres dimensiones es fundamental, ya que una acción en una dimensión impacta directamente en las otras. Por ejemplo, las prácticas agrícolas sostenibles no solo benefician al medio ambiente, sino que también pueden mejorar la calidad de los alimentos y generar mayores ingresos para los productores. De esta manera, la interrelación entre las dimensiones ambiental, social y económica de la gastronomía sostenible garantiza la creación de sistemas alimentarios más resilientes, equitativos y sostenibles a largo plazo.

Desafíos de la gastronomía sostenible:

La gastronomía sostenible, a pesar de su creciente relevancia, enfrenta una serie de desafíos que obstaculizan su plena implementación. En primer lugar, la falta de una regulación clara y de incentivos económicos para los establecimientos gastronómicos dificulta la adopción de prácticas sostenibles a gran escala. Además, la escasez de información y educación sobre sostenibilidad en el sector alimentario limita la conciencia y el compromiso de los actores involucrados (Balanzino, 2016). En segundo lugar, la globalización y la industrialización de la alimentación han generado sistemas alimentarios complejos y fragmentados, lo que dificulta la implementación de prácticas locales y sostenibles. Asimismo, la resistencia al cambio y la percepción de que la sostenibilidad implica mayores costos son obstáculos significativos para la transformación del sector gastronómico.

Superar estos desafíos requiere de un enfoque multidisciplinario que involucre a gobiernos, empresas, productores, consumidores y academia. Es necesario desarrollar políticas públicas que promuevan la sostenibilidad en la alimentación, invertir en investigación y desarrollo de tecnologías sostenibles, y fomentar la educación y la sensibilización sobre los beneficios de la

gastronomía sostenible. Asimismo, es fundamental fortalecer la colaboración entre los diferentes actores de la cadena alimentaria para construir sistemas alimentarios más justos, equitativos y sostenibles.

Conclusión

La gastronomía sostenible representa una transformación necesaria en los sistemas alimentarios globales, con implicaciones profundas tanto a nivel ambiental como social y económico. Al promover prácticas agrícolas sostenibles, reducir el desperdicio de alimentos y fomentar el consumo local, la gastronomía sostenible contribuye a la mitigación del cambio climático, la conservación de la biodiversidad y la seguridad alimentaria. Asimismo, al fortalecer las economías locales y preservar las tradiciones culinarias, la gastronomía sostenible contribuye al desarrollo social y cultural.

De cara al futuro, la gastronomía sostenible se perfila como un motor de cambio hacia un modelo alimentario más justo y equitativo. Sin embargo, para alcanzar este objetivo, es necesario superar los desafíos actuales y fomentar una mayor colaboración entre los diferentes actores involucrados. La investigación y el desarrollo de nuevas tecnologías sostenibles, la educación y la sensibilización de los consumidores, así como el establecimiento de políticas públicas que promuevan la sostenibilidad en la alimentación, son elementos clave para construir un futuro donde la gastronomía sea un vehículo para el bienestar de las personas y del planeta.

Referencias bibliográficas

- Arbolea, J. C. (2014). *International Journal of Gastronomy and Food Science*. Disponible en: <http://www.gastronomyfoodscience.com>
- Balanzino, M. (2016). *Tendencias gastronómicas que marcarán el 2016*. Disponible en: <http://www.thegourmetjournal.com>.
- Informe o documento en línea de una institución:
Zero Waste Europe. (10 de diciembre de 2024). *About zero waste*. Zerowaste europe <https://zerowasteurope.eu/about/about-zero-waste/>
- Buitrago, S., & Chitiva, D. A. (2017). *La gastronomía sostenible como factor de mejoramiento de la cadena de suministro del sector gastronómico en Bogotá- Colombia*. Disponible en: <https://bdigital.uexternado.edu.co>.
- Cárdenas, E., & Sanmartin, A. (2012). *Identificación de elementos de gastronomía sostenible a la cocina tradicional pauteña, como aspectos innovadores a la misma*. Cuenca, Ecuador. Disponible en: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/>. Consultado: 20/05/2016.
- Punset, E. (2011). *Excusas para no pensar: Cómo nos enfrentamos a las incertidumbres de nuestra vida* (1ª ed.). Editorial destino.
- Gastronomía sostenible (2013). Disponible en: <http://www.gastronomiasostenible.pe>.
- Gómez, C. (2015). *El desarrollo sostenible: conceptos básicos, alcance y criterios para su*

evaluación. Disponible en <https://slidedoc.es/iii-el-desarrollo-sostenible-conceptos-basicos-alcance-y-criterios-para-su-evaluacion>.

López, R. (2013). Hacia una gastronomía sostenible. Disponible en: <https://www.researchgate.net/publication/>

De la Nuez, L. (2023). Cocina de aprovechamiento, un aporte para la sostenibilidad. [PDF]. URL: <https://repositorio.unapec.edu.do/bitstream/123456789/898/3/3.%20Cocina%20de%20aprovechamiento%20C%20un%20aporte%20para%20la%20sostenibilidad.pdf>

Zero Waste ¿Vivir sin producir residuos?. 2024. Artículo informativo. Recuperado de: <https://www.fundacionaquae.org/zero-waste-que-es/>