# FAO declara 2016 el “Año Internacional de las Legumbres”

**La Asamblea General de Naciones Unidas ha declarado 2016 “Año Internacional de las Legumbres” para responder a la necesidad de sensibilizar a la opinión pública sobre sus ventajas nutricionales así como de potenciar este cultivo básico para conseguir el reto de una Agricultura Sostenible. En este sentido, la Asociación de Legumbristas de España (ALE) va a colaborar estrechamente con la FAO y las administraciones españolas para difundir la celebración de este Año Internacional de las Legumbres y fomentar el consumo de este alimento nutritivo, económico y sostenible.**

Los cultivos leguminosos como las lentejas, garbanzos y judías son un elemento fundamental de la cesta de la compra de los consumidores de todo el mundo. Al hecho de ser un alimento enonómico y accesible para millones de personas, se une a que las legumbres son una fuente esencial de proteínas y aminoácidos de origen vegetal, por lo que su papel en el mantenimiento de niveles nutricionales aceptables es vital.

Desde todos los ámbitos, médicos, científicos y de expertos en nutrición, hay un claro consenso en que las legumbres se deben consumir como parte de una dieta saludable para combatir la

obesidad y prevenir y ayudar a controlar enfermedades como la diabetes, las afecciones coronarias y el cáncer.

Además, desde el punto de vista agrícola, las leguminosas son una importante fuente de proteína de origen vegetal para consumo tanto humano como de los animales y son plantas que tienen la propiedad de fijar el nitrógeno en la tierra, contribuyendo a aumentar la fertilidad del suelo y con efectos positivos en la lucha contra el Cambio Climático.

Por todo ello, en el 68º período de sesiones de la Asamblea General de las Naciones Unidas se proclamó el año 2016 como "Año Internacional de las Legumbres" (A/RES/68/231), designándose a la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) para que facilite la celebración del Año en colaboración con los gobiernos, las organizaciones pertinentes, las organizaciones no gubernamentales, etc.

El Año Internacional de las Legumbres (AIL 2016) se propone sensibilizar a la opinión pública sobre las ventajas nutricionales de las legumbres como parte de una producción de alimentos sostenible encaminada a lograr la seguridad alimentaria y la nutrición. El AIL 2016 brindará la oportunidad única de fomentar todo tipo de conexiones a lo largo de toda la cadena alimentaria para aprovechar mejor las proteínas derivadas de las legumbres, incrementar su producción mundial, utilizar de manera más apropiada la rotación de cultivos y hacer frente a los retos que existen en el comercio de legumbres.

**La Asociación de Legumbristas de España apoya el AIL 2016**

En nuestro país la primera organización que está apoyando la celebración del Año Internacional de las Legumbres 2016 es la Asociación de Legumbristas de España (ALE), que llevan años trasladando a la sociedad los enormes beneficios que el consumo de legumbres tienen para la salud y el papel que juegan tanto a nivel socioeconómico como en el desarrollo de una Agricultura Sostenible.

La Asociación de Legumbristas de España (ALE) ya contactó el año 2015 con diversos Ministerios, solicitando su apoyo a todo tipo de acciones de difusión del AIL 2016, así como de promoción de los beneficios del consumo de legumbres y de información sobre los beneficios agronómicos de estos cultivos. No hay que olvidar que el Programa Mundial de Alimentos y otras iniciativas de ayuda alimentaria utilizan legumbres como componente esencial de la cesta de alimentos y que las empresas productoras de legumbres están ayudando activamente en estos programas de ayuda alimentaria.

En este sentido, y dada la importancia que el consumo de legumbres representa en nuestro país como parte indispensable de la dieta mediterránea, la Asociación de Legumbristas de España va a realizar durante 2016 toda una serie de acciones de difusión del AIL 2016 y de promoción del consumo y del cultivo de las legumbres, para lo que espera contar con el apoyo de las distintas

Administraciones Públicas y otras Instituciones.

Entre las acciones programadas se lanzará una web específica de la Asociación en apoyo del AIL 2016, junto a una estrategia Online de fomento del consumo de legumbres entre el público joven y urbanita preocupado por la salud y la nutrición. También se realizará un estudio de las ventajas nutricionales de las legumbres junto a la Fundación Española de Nutrición y se plantearán iniciativas de promoción para fomentar el consumo y la elaboración de recetas fáciles y saludables de platos a base de legumbres.

**Fuente: ALE**