

Entrevista 13.

Laura Cufiño

Estudiante de diseño industrial

22 años

- Entrevistador: ¿Te sientes atraída por el cuidado del medio ambiente?
- Laura: El tema interesa, porque es muy importante que todos tengamos esa cultura, que se puede ver reflejada en pequeñas acciones desde lo cotidiano, como intentar consumir menos plástico, darle más usos a los recursos y algunas cosas y aportar para tratar de conservar esas cosas.
- Entrevistador: ¿Conoces algún proyecto o alguna empresa que esté haciendo diferentes medidas para el cuidado del medio ambiente que te interese?
- Laura: A mi me parece chévere medidas como empaques que se hacen con cáscaras de papa, porque primero se aprovechan más los recursos, y segundo pues como tratar de no utilizar plástico, teniendo en cuenta que es de las cosas o materiales que más contamina.
- Entrevistador: ¿Crees que desde la parte de la alimentación, se puede aportar al medio ambiente?
- Laura: Yo diría que sí, no tengo tanto conocimiento del tema, pero de pronto utilizando menos empaques como icopor, y ese tipo de cosas. Con respecto a los alimentos, no tengo tanto conocimiento al respecto.
- Entrevistador: ¿Qué es lo que consideras más importante en una comida?
- Lau: Para mi lo mas importante en las comidas, es la proteína, y una buena porción dependiendo como de lo que necesite cada persona.
- Entrevistador: ¿Cuántas veces comes carne a la semana?
- Lau: Eso sí casi todos los días, yo diría que casi unos 4 días a la semana.
- Entrevistador: ¿Estarías dispuesta a cambiar tus hábitos alimentarios, con relación a reducir tu consumo de carne en beneficio del medio ambiente?
- Laura: Yo creo que sí, me gustaría hacer, porque igual ya existen muchas alternativas tanto para reemplazar el sabor y probar cosas nuevas, como para el tema nutricional.
- Entrevistador: Te voy a mostrar imágenes de métodos alimentarios que se están utilizando y que apoyan el factor de poder aprovechar al máximo los diferentes recursos naturales que tenemos, uno son las malezas, que le quitan los

nutrientes a los cultivos o plantas, pero que se desconoce que muchas son comestibles, y la otra son insectos. ¿Qué opinas acerca de estos métodos?

- Laura: Me llama la atención, pero tendría que tener más información acerca del tema, acerca de cómo se pueden hacer y de pronto en qué recetas pueden estar acompañadas.
- Entrevistador: ¿Te gusta cocinar? ¿Cada cuanto lo haces?
- Laura: Sí me gusta, lo estoy haciendo casi todos los días, y pues me gusta buscar recetas nuevas para saber o tener diferentes ideas de cómo mezclar los ingredientes, pero sí me cuesta un poco probar ya cosas que yo no conozca.
- Entrevistador: ¿Te reúnes con tu familia o amigos en torno a los alimentos? ¿Cada cuanto lo hacen? ¿Cómo son esos momentos?
- Laura: Entre semana, depende del horario que tenga cada uno, entonces algunos días almorzamos todos juntos o los que estemos, si está mi mamá, con ella, o si está mi hermano entonces con él. Los fines de semana si el desayuno y el almuerzo comemos juntos, y ya más que todo en el almuerzo, lo hacemos entre mi mamá y yo, y pues es chévere porque nos repartimos la preparación de las comidas.
- Entrevistador: ¿Con el resto de tu familia se reúnen?
- Laura: Sí algunos domingos del mes, no pasas todos los fines de semana pero igual si tratamos como de hacerlo seguido, vamos a la casa de mi abuela, y casi siempre hacemos frijoles, ya es como muy tradicional que nos veamos para comer eso.
- Entrevistador: Muchas gracias por tu tiempo.