

AVENTURA SOCIOAMBIENTAL

ALIMENTAÇÃO SUSTENTÁVEL

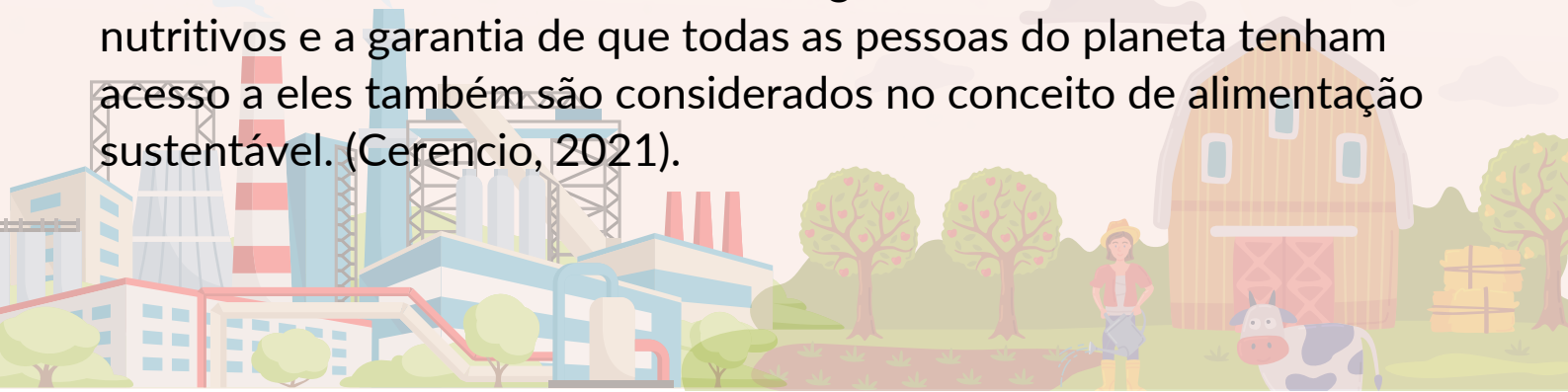
OBJETIVO

Compreender a importância da alimentação sustentável para a saúde, para o meio ambiente e desenvolvimento econômico.

CONHECER E COMPREENDER

No simples ato de escolher os nossos alimentos, estamos influenciando uma cadeia inteira de produção, dando incentivo para aqueles de quem escolhemos comprar. Nosso consumo reitera as decisões tomadas com relação ao plantio, cultivo de sementes, a criação dos animais, o transporte e o processamento dos ingredientes até os resíduos gerados ao longo de todas essas etapas, variando assim o nível de impacto no meio ambiente, na sociedade, na economia e nutrição.

A alimentação sustentável considera aspectos nutricionais, culturais, econômicos e ambientais de todos os processos, desde a produção, a chegada do alimento no prato do consumidor até o descarte final dos restos desses alimentos e das embalagens. O consumo de alimentos nutritivos e a garantia de que todas as pessoas do planeta tenham acesso a eles também são considerados no conceito de alimentação sustentável. (Cerencio, 2021).





No Brasil, cerca de 42% do território é ocupado por estabelecimentos rurais (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 2017), sendo 31% com atividade Agropecuária ([Mapbiomas, 2021](#)). Dada a proporção, é possível imaginar como a nossa decisão ao comprar um alimento pode afetar a saúde de vidas humanas, não humanas e dos ecossistemas. O consumo de alimentos orgânicos, por exemplo, pode ser uma opção que garante maior saúde e sustentabilidade no processo de produção. Mas o que torna um alimento orgânico? Segundo a legislação brasileira:

LEI Nº 10.831, DE 23 DE DEZEMBRO DE 2003.

Considera-se produto orgânico, seja ele in natura ou processado, aquele que é obtido em um sistema orgânico de produção agropecuária ou de processo extrativista sustentável e não prejudicial ao ecossistema local. Para serem comercializados, os produtos devem ser certificados pelo Ministério da Agricultura, sendo dispensados da certificação somente aqueles produzidos por agricultores familiares que fazem parte de organizações de controle social cadastradas no Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (MAPA), que comercializam exclusivamente em venda direta aos consumidores (saiba mais clicando aqui

Será que essa é a única forma de garantir que um alimento seja sustentável? A legislação prevê o não uso de agrotóxicos e a adoção de algumas práticas na produção dos orgânicos, mas não traz como obrigatoriedade o uso de sistemas diversos, como o SAF (Sistema Agroflorestal), a redução de embalagens, a baixa produção de resíduos durante o processo e o incentivo aos produtos locais e de época.



• Dessa forma, além dos produtos orgânicos, você pode optar por comprar produtos locais, de pequenos produtores ou de feiras/associações que promovem a compra direto do produtor. Pode escolher frutas e legumes da estação, aproveitar ao máximo os alimentos para reduzir o descarte (como folhas, talos e cascas que normalmente não são utilizadas, mas podem ser consumidas), planejar suas compras para evitar desperdícios e recusar embalagens plásticas ou de isopor. Esses são exemplos simples e econômicos que podemos tomar em nosso dia-a-dia.



Fonte: WRI Brasil, 2021



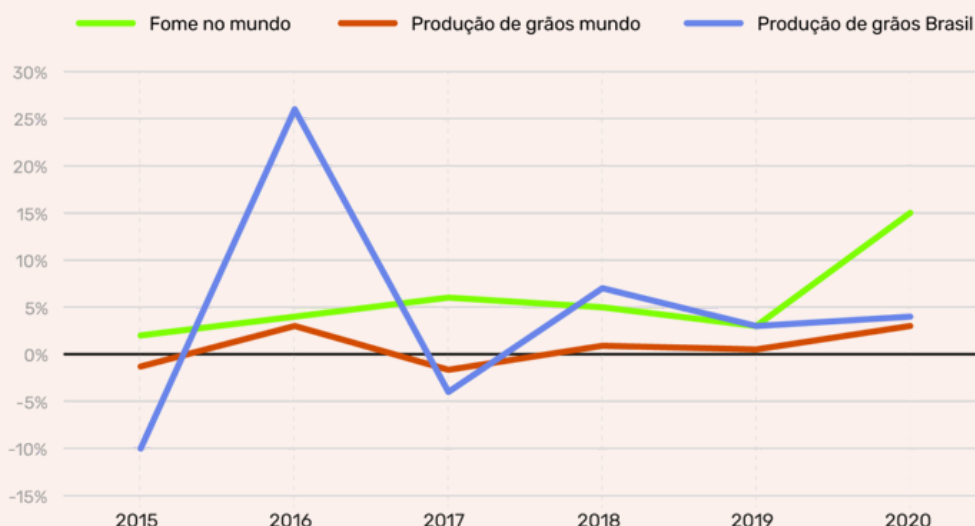
Fonte: Agroecologia, 2012

Para estimular o consumo de alimentos sustentáveis e o desenvolvimento econômico em cada município, a Lei nº 11.947, de 16/6/2009, determina que 30% do valor repassado pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) deve ser investido na compra direta de produtos da agricultura familiar. Além disso, o PNAE prevê a redução da quantidade de açúcar nos produtos da alimentação escolar, com o objetivo de reduzir o consumo de alimentos com alto aporte calórico e pobres em nutrientes (saiba mais clicando [aqui](#) e [aqui](#)). Dados do Ministério da Saúde, através da Pesquisa Nacional em Saúde, realizada em 2020, mostram que 6,4 milhões de crianças (até 10 anos) e 11 milhões de adolescentes estão com excesso de peso, enquanto 3,1 milhões de crianças e 4,1 milhões de adolescentes já estão com obesidade (saiba mais clicando [aqui](#)).

Se em uma ponta temos os problemas relacionados à obesidade, em outra temos a insegurança alimentar. Precisamos garantir que todos e todas tenham acesso aos recursos mínimos para a vida. No Brasil, segundo a nota da Agência Senado lançada em outubro de 2022, mais da metade (58,7%) da população brasileira convive com algum grau de insegurança alimentar, ou seja, não tem garantido o que comer. Porém isso não se deve à falta de alimento, pois os dados da Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura (FAO) mostram que a produção global atual de alimentos é suficiente para alimentar a população humana. O desafio está na distribuição desses alimentos, que não chegam em quantidades adequadas a todas as pessoas.

Nesse sentido, diversas iniciativas para fomentar a produção e o acesso a alimentos sustentáveis têm surgido. O [Projeto Semeando Água](#), do IPÊ - Instituto de Pesquisas Ecológicas, atua junto aos proprietários rurais da região do Sistema Cantareira, oferecendo suporte técnico para aumentar a produção com soluções baseadas na natureza (SbN). As ações contribuem para a diversificação das fontes de renda, para a conservação do solo e da água, além de promover o desenvolvimento econômico do território. (saiba mais [aqui](#)).

**Aumento em pontos percentuais da fome no mundo,
da produção mundial de grãos e da produção brasileira de grãos**





SUGESTÕES DE ATIVIDADES

Desafio 1: Pesquisando a alimentação da turma, na sala de aula

Se você é educador(a), divida a turma em grupos e proponha a realização de uma pesquisa sobre os seus hábitos alimentares. As perguntas podem ser criadas pelos estudantes ou inspiradas no projeto "Alimentação Sustentável", do material complementar [De olho no futuro: projetos integrados - área de ciências da natureza e suas tecnologias](#). Com os dados em mãos, é possível criar gráficos, analisar as respostas e refletir. Será que a turma tem hábitos alimentares sustentáveis? Por quê?

Desafio 2: Mapeando a produção local

Outra dica para realizar com estudantes é a construção colaborativa de uma lista de produtores e produtoras da agricultura familiar da região. Com a lista de contatos em mãos, é possível propor entrevistas para descobrir como esses alimentos são produzidos (com ou sem veneno, com ou sem diversidade no canteiro, etc.), como e onde são comercializados. No final, será importante socializar as informações, o que pode ser feito através da construção coletiva de um mapa do bairro ou da cidade, com os pontos onde podem os produtos serem encontrados. Você também pode utilizar ferramentas de mapeamento como o feirasorganicas.org.br.



MATERIAL COMPLEMENTAR

- **Para ler:**

[Aventura Socioambiental \(Projeto Semeando Água, IPÊ\) – SAF:](#) entenda mais sobre os Sistemas Agroflorestais, que produzem seus alimentos de forma sustentável, e ainda tenha acesso a diversas atividades;

[Aventura Socioambiental \(Projeto Semeando Água, IPÊ\) – Agrotóxicos e Hortas:](#) conheça mais sobre os agrotóxicos e as alternativas de usos em hortas, a edição também conta com diversas atividades;

[Políticas Públicas - Projeto Semeando Água \(IPÊ\):](#) entenda como o projeto Semeando Água promove a produção de alimentos mais sustentáveis dentro do Sistema Cantareira.

- **Para ouvir:**

[Prato Cheio - Podcast:](#) podcast investigativo sobre alimentação, saúde e poder.

[O veneno mora ao lado - Podcast:](#) convoca o ouvinte para a discussão urgente e necessária dos agrotóxicos.

- **Para assistir:**

[O Veneno esta na mesa:](#) documentário dirigido por Silvio Tendler. Foi lançado originalmente em julho de 2011. Trata principalmente sobre o uso de agrotóxicos na produção de alimentos no Brasil.

[Muito além peso:](#) este documentário estuda o caso da obesidade infantil principalmente no território nacional, mas também nos outros países no mundo.

[O Mundo Segundo a MONSANTO:](#) traça a história da principal fabricante de organismos geneticamente modificados (OGM), cujos grãos de soja, milho e algodão se proliferam pelo mundo, apesar dos alertas de ambientalistas.

OBJETIVOS DE DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL



Clique aqui para saber mais sobre o [ODS 2](#)

Se você é professor(a) e nunca falou sobre os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da ONU (Organização das Nações Unidas) com as crianças da Educação Infantil ou até o 5º ano, esta [animação da Turma da Mônica](#) faz uma boa introdução.

É possível complementar e aprofundar os conhecimentos das crianças com um [Jogo da Memória dos ODS](#), que você pode baixar gratuitamente do site do CEBDS (Conselho Empresarial Brasileiro para o Desenvolvimento Sustentável).

Também no site do CEBDS você encontra a publicação [Os Objetivos para a Vida que Queremos](#), que aborda os ODS de forma engajadora e com linguagem clara e compreensível para todos os públicos, incluindo crianças, adolescentes, jovens e adultos.



REFERÊNCIAS

De olho no futuro – Ciências da Natureza e suas tecnologias:
<https://edocente.com.br/pnld/de-olho-no-futuro-ciencias-da-natureza-e-suas-tecnologias/>. Acesso em 12/04/2023.

O que são Produtos Orgânicos?, Ministério da Agricultura e Pecuária:
<https://www.gov.br/agricultura/pt-br/assuntos/sustentabilidade/organicos/o-que-sao-produtos-organicos>. Acesso em 12/04/2023.

Promoção da Saúde e da Alimentação Adequada e Saudável,
Ministério da Saúde:
<https://aps.saude.gov.br/apc/promocaosaude/excesso>. Acesso: 12/04/2023.

Retorno do Brasil ao Mapa da Fome da ONU preocupa senadores e estudiosos,
Agência Senado:
<https://www12.senado.leg.br/noticias/infomaterias/2022/10/retorno-do-brasil-ao-mapa-da-fome-da-onu-preocupa-senadores-e-estudiosos>. Acesso em 12/04/2023

Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação:
<https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae> . Acesso em 26/04/2023.