



Letras
Ambientais

10 motivos para levar a sério alimentos sustentáveis

Por Letras Ambientais
sexta, 16 de fevereiro de 2018



Alimentação sustentável, desafio global a ser levado muito a sério nos próximos anos. Segundo estimativas, **até 2050, seremos mais de 9 bilhões de humanos na Terra**, crescimento populacional que terá forte impacto na produção mundial de alimentos.

Projeções da Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura (FAO) indicam que será necessário **aumentar a produção de alimentos em 60%**, para atender às demandas de uma população cada vez mais crescente.

Iremos passar dos atuais 8,4 bilhões para quase **13,5 bilhões de toneladas de alimentos** produzidos por ano.

O novo relatório do Painel Intergovernamental sobre Mudanças Climáticas (IPCC), divulgado no último dia 08 de agosto de 2019, alerta que **precisamos transformar o atual modelo de produção de alimentos** para conter as mudanças climáticas. Para mais informações sobre as conclusões do novo relatório, acesse [este post](#).

A produção mundial de alimentos é um dos **motores dominantes da degradação da terra**. Mudanças no uso da terra e manejo insustentável do solo são causas humanas diretas da degradação, com a **produção agropecuária extensiva** sendo uma das principais indutoras das mudanças climáticas.

As pessoas parecem conscientes de que os alimentos consumidos afetam diretamente sua saúde. Talvez menos conhecidos sejam os **impactos ambientais provocados pela alimentação**.

Dentre as consequências de um **modelo de agricultura industrial predatória**, estão: emissões de gases de efeito estufa, uso intensivo de recursos naturais, poluição, esgotamento dos solos, impacto de produtos químicos, como herbicidas e pesticidas, entre outros.

O aumento de **30% na população global**, previsto para 2050, terá pressões sem precedentes sobre a agricultura, aumentando as disputas por recursos naturais escassos, como solos, água e energia.

Segundo especialistas do *Standing Committee on Agriculture Research (SCAR)*, da União Europeia, a continuidade das atuais **formas de produção e consumo de alimentos** já é amplamente questionada.

Isso porque excedem os limites de suporte da natureza, ou seja, a **capacidade de reposição dos recursos naturais**, comprometendo a prática agropecuária e a indústria alimentar no futuro.

A alimentação sustentável relaciona igualmente as dimensões sociais, econômicas e ambientais, visando garantir seu equilíbrio. O **sistema agrícola e alimentar sustentável** abrange uma série de questões, como segurança, acessibilidade, qualidade, geração de emprego e crescimento.

Ao mesmo tempo, também deve ser ambientalmente amigável, em termos de **desaceleração das mudanças climáticas**, conservação da biodiversidade e dos recursos naturais.

Neste post, selecionamos os **10 motivos porque você deve levar a sério a necessidade de uma alimentação sustentável**, beneficiando sua saúde e também a conservação do Planeta.

1) Conservação e proteção aos recursos naturais



A agropecuária, incluindo a pesca, é o maior motor de perda da biodiversidade. A alimentação sustentável tem como principal fundamento a conservação dos recursos naturais (solo, água, florestas etc.), bem como sua gestão adequada.

É necessário **proteger as espécies** de plantas e animais, bem como respeitar o bem-estar das variedades cultivadas e selvagens.

Outra condição necessária à transição em direção a uma alimentação sustentável é **evitar provocar danos, impactos negativos ou desperdiçar recursos naturais** durante todas as fases da cadeia produtiva.

2) Eficiência na utilização dos recursos naturais



A expansão de áreas para atender ao aumento da demanda por produtos agropecuários tem sido o motor central da **devastação dos ecossistemas, como desmatamento e queimadas**. De acordo com a FAO, até 2030, o Brasil será responsável pela maior expansão nacional de produção agrícola.

Sobre a conservação, política e monitoramento ambiental da Amazônia brasileira, leia [este post](#).

O Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (Mapa) projeta uma **ampliação das áreas de cultivo equivalente a 9,6 milhões de hectares**, em 10 anos. Estimativas também apontam a produção de carne com crescimento de 8,4 milhões de toneladas, um aumento de 37,8% em relação aos resultados de 2009.

Todavia, segundo o novo relatório do IPCC (2019), **garantir o suprimento suficiente de alimentos nos próximos anos** exige tornar a atividade agropecuária mais eficiente e sustentável.

O **uso racional e eficiente das terras** aumenta a produtividade, limitando a expansão das terras agrícolas, contendo a invasão e degradação dos biomas ou ecossistemas naturais.

A eficiência no funcionamento do **setor agropecuário**, desde a produção até o processamento pós-colheita, armazenamento e transporte, envolve melhorias em diversas áreas.

São elas: infraestrutura, logística, processos de produção, inovações tecnológicas, métodos comerciais, capacidade gerencial, formação de pessoas, **diminuição na geração de resíduos**, redução nos insumos e gestão sustentável das reservas de recursos naturais.

3) Alimentação sustentável é de baixo carbono



A alimentação sustentável reduz o aquecimento global e a grave ameaça das mudanças climáticas. A mudança no uso dos solos e sua degradação, bem como a dependência da energia fóssil, contribuem com cerca de um quarto das emissões de gases de efeito estufa, principalmente carbono, na atmosfera.

Diferentemente das fazendas modernas ou fábricas de processamento convencionais, **o modelo de produção local sustentável de alimentos é pouco dependente das fontes**

de energia não renováveis, baseadas em combustíveis fósseis.

Grandes quantidades de energia são utilizadas na **produção, processamento e transporte de alimentos** a longas distâncias. Os deslocamentos geralmente são feitos em caminhões.

Além disso, a refrigeração e o preparo de refeições na culinária também registram significativo **consumo energético**.

A maior parte dessa energia é proveniente de **combustíveis fósseis**, fonte significativa de gases de efeito estufa a acelerar as mudanças climáticas.

Agricultores e produtores rurais sustentáveis sabem dos **impactos negativos e dos limites no consumo contínuo de energia não renovável**. Por essa razão, dependem parcialmente de fontes de energia alternativas, como a eólica, solar ou hídrica.

A redução na emissão de gases de efeito estufa necessita ainda de **ações sustentáveis em prol da melhoria na eficiência energética** em residências e empresas do setor de alimentos.

Segundo a FAO, pelo menos 20% das emissões totais de gases de efeito estufa pode ser atribuída ao setor agrícola. **A pecuária é o segmento da produção de alimentos** que mais emite gases do efeito estufa.

Todavia, é possível uma pecuária de baixo carbono, com técnicas de criação de gado sustentáveis, de fácil implementação, que podem reduzir de 20 a 30% as emissões.

É preciso transformar a forma como produzimos alimentos, adotando padrões considerados sustentáveis.

A mitigação e adaptação às mudanças climáticas devem ser integradas em todo o **sistema alimentar sustentável**, desde a produção até o transporte, desde o processamento até o consumo, tanto nas zonas rurais como nas zonas urbanas.

4) Alimentação sustentável é socialmente justa



O novo relatório especial do IPCC (2019) aponta que a **degradação da terra afeta adversamente os meios de subsistência** das pessoas que dependem dos recursos naturais para subsistência, segurança alimentar e renda.

Mulheres e jovens, com opções de adaptação limitadas, **estão entre os grupos sociais mais vulneráveis à degradação da terra e à mudança climática.**

De acordo com a FAO, o trabalho das mulheres é essencial para a segurança alimentar no mundo. Nos países em desenvolvimento, **as mulheres rurais são responsáveis por 45% da produção de alimentos.**

No Brasil, de acordo com o Censo Demográfico mais recente, as mulheres são responsáveis pela renda de **42% das famílias rurais.**

Segundo a agência da ONU, para aproveitar esse potencial, o mundo precisa enfrentar as **desigualdades de gênero como um todo** e, especialmente, aquelas existentes no setor agrícola.

As disparidades sociais se traduzem em dupla jornada de trabalho para as mulheres, acesso limitado à propriedade da terra e **distribuição injusta dos benefícios** da produção.

A agropecuária sustentável propicia lucro econômico, com uma **distribuição justa de seus benefícios às comunidades rurais**, promovendo ainda conservação ambiental. O sistema alimentar sustentável também valoriza o papel da mulher na produção.

As estimativas da FAO são de que **870 milhões de pessoas ainda passam fome no mundo**. Parcela significativa da população mundial sofre de subnutrição ou desnutrição.

O novo relatório especial do IPCC chamou atenção para uma sociedade extremamente desigual quanto ao acesso à alimentação. Enquanto milhões de pessoas passam fome, cerca de 2 **bilhões de adultos enfrentam o problema do sobrepeso** ou da obesidade. Leia mais sobre isso [neste post](#).

A FAO considera o tempo atual como uma nova era de **aumento nos preços dos alimentos** e propagação da fome, observando que os suprimentos alimentares tornam-se cada vez mais escassos.

Assim, uma agricultura sustentável consegue **proteger e melhorar os meios de vida da população rural**, a equidade e o bem-estar social.

A volatilidade nos preços e a crescente vulnerabilidade dos sistemas de produção, diante das **mudanças climáticas** e da perda de agrobiodiversidade, tornarão os produtos ainda mais inacessíveis aos pobres no futuro.

Assim, **promover a resiliência de produtores rurais**, comunidades e ecossistemas é fundamental à agricultura sustentável.

Eventos climáticos extremos, como as grandes secas ou enchentes, associados ou não às mudanças climáticas, volatilidade do mercado (incluindo os **preços dos alimentos**) e conflitos civis prejudicam a estabilidade da agricultura.

Desse modo, são necessárias políticas, tecnologias e práticas adequadas ao processo de **adaptação e resiliência dos trabalhadores da agricultura, silvicultura e pesca**.

A resiliência, portanto, torna-se central à transição em direção a uma **agricultura sustentável** e deve abordar as dimensões natural e humana.

5) Uso sustentável da água



O Semiárido brasileiro será a **região do Brasil mais afetada pelo processo de mudanças climáticas**, sobretudo em função do aumento da severidade e frequência das secas. [Neste post](#), falamos sobre os impactos das mudanças climáticas sobre a Caatinga.

O processo de mudanças climáticas **impactará diretamente a disponibilidade de água**, aumentando os conflitos pelo uso da água e limitando o acesso às populações mais vulneráveis.

O Livro "[Um século de secas](#)" analisa quais **as principais lições, 100 anos depois**, deixadas pelas políticas para convivência com as secas implementadas na região.

A obra também apresenta diretrizes para a **gestão sustentável da água na região**, em um cenário de mudanças climáticas. Para conhecer o Livro "Um século de secas", [clique aqui](#).

A escala e o ritmo dos impactos humanos sobre os ecossistemas de água doce aumentaram muito ao longo do último meio século. **Mundialmente, as demandas hídricas chegaram a triplicar, em função do progressivo crescimento populacional**

e mudanças nos padrões de consumo das pessoas.

Além disso, destacam-se problemas como poluição, diminuição no volume das chuvas, gestão ineficiente de recursos hídricos e sua **disponibilidade desproporcional** em relação à densidade populacional.

A agricultura consome cerca de 70% de toda a água extraída de rios, lagos e aquíferos subterrâneos da Terra, e até 90% em muitos países em desenvolvimento. Até 2025, inúmeras bacias hidrográficas e países enfrentarão uma situação na qual 30% ou mais de suas necessidades de irrigação não poderão ser atendidas, devido à escassez de água.

Assim, **e elevar a produtividade do uso da água agrícola é crucial para o atendimento às necessidades alimentares das pessoas**, à medida que aumente a escassez hídrica. Esse desafio requer um modelo de produção agrícola sustentável, com maior eficiência no uso da água, utilizando métodos e equipamentos adequados à sua utilização racional na irrigação.

A quantidade de **água virtual exportada para outros países**, por meio de produtos alimentícios, é outro grave problema que não tem sido compatibilizado.

A agricultura e a pecuária estão entre as maiores consumidoras de água do setor alimentício convencional. O conceito de água virtual tem permitido avaliar a quantidade de água doce utilizada, de forma direta ou indireta, na fabricação de algum bem ou serviço, somada ao longo das várias fases da cadeia de produção e suprimento.

Por esse cálculo, é possível mensurar, por exemplo, a necessidade de **assustadores 17 mil litros de água para produzir 1kg de carne bovina**, sendo essa a pegada hídrica do animal.

O dado é preocupante se consideramos que **os produtos agropecuários lideram as exportações brasileiras** e são fundamentais à sua balança comercial. De acordo com o Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (Mapa), nos últimos doze meses, o setor acumulou uma receita de US\$ 96,30 bilhões.

Os principais produtos exportados pelo Brasil foram: soja, carnes, açúcar e álcool, produtos florestais e cereais. Somente de grãos de soja, foram embarcados o equivalente a 68,80 milhões de toneladas, atingindo US\$ 25,94 bilhões, cifra considerada recorde no setor. Isso significa que **o Brasil exporta um enorme volume de água por intermédio desses produtos agropecuários**.

A produção alimentar sustentável utiliza métodos eficientes e racionais para uso da água. Além disso, empenha-se em reciclar e reutilizar a água durante o processo, ao

invés de despejá-la no ambiente.

6) Redução nas perdas e desperdício



A alimentação sustentável é eficiente na redução das perdas nos sistemas de produção e abastecimento, incluindo no momento pós-colheita, e promove a diminuição do desperdício de comida pelos consumidores.

De acordo com alerta da FAO, **cerca de 30% de toda a comida produzida no mundo vai parar no lixo**. Anualmente, isso significa que 1,3 bilhão de toneladas de alimentos é desperdiçada ou se perde ao longo da cadeia produtiva do setor.

O desperdício (descarte voluntário de alimentos por consumidores – empresas e pessoas) responde por **46% da quantidade de comida destinada ao lixo**. Já as perdas — ocorridas nas fases de produção, armazenamento e transporte — correspondem a 54% do total.

A comida descartada provoca diversos impactos negativos aos recursos naturais e à biodiversidade. **Estima-se que o equivalente a 30% de toda a área agrícola cultivada no mundo é destinada à produção de alimentos a serem perdidos ou descartados.**

O desperdício e as perdas ainda contribuem para as mudanças climáticas, em razão do alto volume de gases de efeito estufa emitidos em toda a cadeia do setor de alimentos.

7) Redução no uso de embalagens



A alimentação sustentável combate o uso excessivo de embalagens, responsável por grandes impactos ambientais negativos. É o caso dos recipientes plásticos, feitos com petróleo, um recurso natural não renovável.

Idealmente, a **embalagem sustentável** usa a **menor quantidade possível de recursos naturais em sua fabricação**, é 100% reciclável e ainda impressa com tintas ecológicas.

Os sistemas de **alimentação sustentável** **reduzem a quantidade de embalagens utilizada**, sendo ainda eficientes em relação à qualidade dos recipientes utilizados na venda de produtos.

8) Hábitos alimentares saudáveis



Comprar produtos cultivados por agricultores locais, sazonais e ambientalmente amigáveis, favorece a biodiversidade e assegura o consumo saudável. Também minimiza a energia utilizada na refrigeração, armazenamento e transporte de alimentos. Além disso, **ajuda a proteger a economia local, tornando os meios de subsistência sustentáveis** e propiciando benefícios sociais aos pequenos produtores.

Os governos podem incentivar as empresas a investirem em alimentos saudáveis, com uma política agrícola e industrial sustentável. É um caminho importante porque as

empresas influenciam seus consumidores, favorecendo uma dieta mais equilibrada.

A educação nutricional, promovida nas escolas e na mídia, também é passo fundamental à mudança nos padrões de consumo da população, em direção a adoção de hábitos sustentáveis. É um equívoco acreditar que uma alimentação saudável é um luxo para poucos, pois pode ser um hábito acessível a todos, desde que haja disciplina e planejamento.

Em países de renda média e alta, como o Brasil, o desperdício ocorre principalmente no momento do consumo. Reduzir essas perdas (inclusive de embalagens) economiza energia, esforço e recursos naturais usados para produzir e descartar, bem como dinheiro. **Evita ainda o descarte desnecessário de resíduos**, o qual tem aumentado ainda mais o problema da sobrecarga nos aterros sanitários.

Os benefícios da **mudança em direção a hábitos alimentares mais saudáveis** são inúmeros, contribuindo em questões sociais, econômicas e ambientais. Colocar mais vegetais, frutas e grãos na dieta contribui na diminuição do consumo de produtos de origem animal, reduzindo os riscos para a saúde e as emissões de gases de efeito estufa.

A produção de carne deixa uma pegada de alto teor de carbono, de modo que reduzir seu consumo é uma abordagem óbvia para minimizar esse impacto.

Segundo levantamento do Ministério da Saúde, **no Brasil, a obesidade cresceu 60% no período de 10 anos (2006-2016)**. A prevalência da doença passou de 11,8%, em 2006, para 18,9%, em 2016. Hoje, uma em cada cinco pessoas está acima do peso no País. O crescimento da obesidade também pode ter colaborado com o aumento da prevalência de diabetes e hipertensão. Uma alimentação desequilibrada pode também causar doenças graves, a exemplo do câncer.

Grande parte da população já percebeu a necessidade de alterar alguns padrões de consumo de alimentos. Por isso, tem procurado diminuir a ingestão de comida com alto percentual de açúcares, sal e gorduras, bem como carnes e lácteos. As pessoas também têm evitado ingredientes e processos questionáveis, como os transgênicos e alguns aditivos. É uma forma de manter seu bem-estar e ainda contribuir com um ambiente sustentável.

9) Livre de controladores químicos



Há uma tendência mundial pela suspensão do uso de agrotóxicos no cultivo de alimentos, ao mesmo tempo um crescimento do mercado de produtos orgânicos, livres de controladores químicos. **Agricultores familiares têm exercido um papel crucial nessa transição para alimentação sustentável**, necessitando do apoio de políticas agrícolas e de segurança alimentar.

O agronegócio, pela sua **enorme participação no suprimento global de alimentos**, também deve adotar práticas sustentáveis.

É necessária uma política de incentivo à **mudança nas práticas agrícolas tradicionais**, visando superar as dificuldades dos produtores em abrir mão do uso de fertilizantes e pesticidas convencionais. Essa transição pode ser dispendiosa e demorada, devendo haver incentivos para que sejam feitos investimentos significativos na agricultura e pecuária sustentável.

E por falar em pecuária, é comum, neste setor de produção de alimentos, o uso de antibióticos para prevenir doenças e favorecer o crescimento rápido dos animais. No entanto, já **existe um movimento pela não utilização de antibióticos na criação de**

animais, como frango, peru, gado e porco.

O consumo de peixes é **um dos setores pecuários em rápida expansão no mundo inteiro**. Todavia, o uso de ração artificial na piscicultura tem provocado impactos ambientais negativos sobre as águas, podendo afetar inclusive os adeptos desse alimento na culinária.

10) Governança responsável e eficaz

O sistema alimentar é complexo e impulsionado por fatores políticos, econômicos, culturais e ambientais. Por isso, **a alimentação e a agricultura sustentáveis requerem mecanismos de governança responsáveis e eficazes.**

O avanço em direção a um sistema alimentar eficiente e sustentável exige **estímulo à produção e ao consumo sustentável de produtos**, conhecimento técnico sobre os impactos ambientais de toda a cadeia produtiva e melhoria na coerência das políticas alimentares.

A integração da sustentabilidade no setor requer incentivos públicos às empresas e produtores rurais, especialmente **direcionados à adoção de boas práticas e à transição orgânica.**

Uma política agrícola e alimentar sustentável deverá favorecer, de forma específica, tanto ao agronegócio quanto à agricultura familiar, **viabilizando a adoção de boas práticas e de inovações tecnológicas mais eficientes.**

Conclusão

Desafios complexos como mudanças climáticas, crescimento populacional e redução na disponibilidade de recursos naturais colocam **os alimentos sustentáveis como alternativa para garantir comida saudável e suficiente a todas as pessoas.**

Uma política adequada para setor público, empresas e consumidores priorizarem os alimentos sustentáveis é uma forma de contribuir com a saúde da população e do Planeta, diminuindo os altos índices de impactos ambientais negativos relacionados à agropecuária e à indústria alimentar.

E você, acredita na mudança em direção a um sistema alimentar mais saudável? Na sua opinião, faltou mencionar alguma vantagem da alimentação sustentável?

COMO CITAR ESTE ARTIGO:

LETRAS AMBIENTAIS. [Título do artigo]. ISSN 2674-760X. Acessado em: [Data do acesso].
Disponível em: [Link do artigo].

Instituto



Quem somos

O Letras Ambientais é uma instituição privada, sem fins lucrativos. Seu objetivo é a defesa, preservação e conservação do meio ambiente.

Endereço para correspondência: Av. José Sampaio Luz, 1046, Sala 101 – Ponta Verde. Maceió (AL). CEP: 57035-260.

Fone: (82) 3023-3660 **E-mail:** contato@letrasambientais.org.br

ISSN: 2674-760X

