



PASTORAL DA CRIANÇA

Para que todas as crianças tenham vida e a tenham em abundância (Jo 10,10)

Dia Mundial da Alimentação

O Dia Mundial da Alimentação, celebrado em 16 de outubro, é uma oportunidade para reflexão sobre como nosso sistema de produção, distribuição, consumo e descarte de alimentos impacta a saúde do planeta e do ser humano, especialmente das mais vulneráveis: as crianças.

No atual contexto de crise climática, desigualdade no acesso aos alimentos, uso pesado de insumos químicos e desperdício, especialistas apontam como urgente a necessidade de repensar o modo como nos alimentamos e como as políticas públicas orientam esse processo.

Para aprofundar esse debate, o Programa Viva a Vida, da Pastoral da Criança, conversou com a nutricionista Ana Maria Thomaz Maya Martins, especialista em saúde no Programa de Alimentação Saudável e Sustentável do IDEC. Na entrevista, ela explica os desafios e aponta alternativas para que possamos construir uma relação mais equilibrada entre alimentação, saúde e cuidado com o planeta.



Entrevista com Ana Maria Thomaz Maya Martins, nutricionista e mestre em Políticas Públicas de Saúde, especialista em saúde no Programa de Alimentação Saudável e Sustentável do Idec – Instituto de Defesa dos Consumidores.

Ana Maria, o que são sistemas alimentares sustentáveis, tema de que se tem falado muito ultimamente?

Primeiro, é importante dizer que os sistemas alimentares são processos e etapas que envolvem produção, processamento, distribuição, preparo, consumo e descarte dos alimentos. Eles são a base da nossa alimentação e refletem escolhas políticas, econômicas e culturais que impactam como e quais alimentos serão produzidos e chegarão aos nossos pratos, bem como a saúde humana e a do planeta. Hoje há dados que mostram que os sistemas alimentares dominantes, voltados à produção de commodities, são responsáveis por cerca de um terço das emissões de gases de efeito estufa. No Brasil, o quadro é ainda mais preocupante: cerca de 70% dessas emissões estão conectadas à forma como produzimos, distribuimos, preparamos e consumimos alimentos.

Quais são as características de um sistema alimentar sustentável?

Um sistema alimentar sustentável é capaz de garantir o direito humano à alimentação adequada para toda a população, sem comprometer a capacidade de futuras gerações se alimentarem. Deve produzir alimentos de forma ambientalmente responsável, preservando a biodiversidade, os solos e as águas; priorizar cadeias curtas de produção e consumo, reduzindo transporte e intermediários; incentivar a agroecologia, a agricultura familiar e práticas regenerativas; respeitar direitos trabalhistas e os direitos dos povos e comunidades tradicionais; promover dietas mais diversificadas, nutritivas e culturalmente adequadas; e reduzir perdas, desperdícios e a dependência de embalagens descartáveis.

Quais são as preocupações atuais na produção de alimentos?

O modelo dominante de organização do sistema alimentar promove a produção de commodities e monoculturas que servem de base para produtos alimentícios ultraprocessados. Entre as preocupações centrais estão: as alterações climáticas, que reduzem a produtividade ao alterar épocas de plantio e colheita e podem aumentar perdas pós-colheita; as quebras de safra, elevando preços e dificultando o acesso aos alimentos; a crescente dependência de agrotóxicos e fertilizantes químicos nessas produções — tem-se observado aumento da quantidade necessária de agrotóxicos para obter o mesmo efeito de anos atrás em culturas como soja e milho; as violações de direitos nas cadeias industriais, incluindo invasão de terras indígenas, trabalho análogo à escravidão e exposição a agrotóxicos, muito nociva aos trabalhadores; a homogeneização das dietas, com consumo excessivo de ultraprocessados e de alimentos de origem animal, elevando o risco de doenças crônicas não transmissíveis; e a falta de transparência no sistema alimentar, que muitas vezes impede que consumidores de fato escolham o que vão consumir.

Qual é o impacto no meio ambiente de um sistema alimentar não sustentável?

Ele está relacionado ao desmatamento e à perda de biodiversidade; à degradação dos solos e contaminação das águas; às emissões massivas de gases de efeito estufa, que agravam as mudanças climáticas; à poluição por embalagens plásticas e resíduos de agrotóxicos; e à homogeneização das paisagens agrícolas.

Quais ações ou políticas públicas ajudam a alcançar um sistema alimentar sustentável?

Ao falar de políticas, programas ou ações públicas que ajudam a alcançar um sistema alimentar sustentável, é importante entender que tratamos de diversas etapas — da produção ao consumo e descarte — e de diferentes setores da administração pública. No Brasil, contamos com o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, que articula esses setores para garantir o direito humano à alimentação adequada e promover políticas estruturantes nessa perspectiva. São muitas ações, previstas no Plano Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. Para concretizar, vale citar: o Programa Nacional de Alimentação Escolar, que garante alimentação saudável nas escolas e fortalece a agricultura familiar; o Programa de Aquisição de Alimentos, que compra da agricultura familiar para abastecer equipamentos públicos de alimentação e nutrição; o Programa Nacional de Redução de Agrotóxicos, que promove transição agroecológica e redução do uso de venenos na produção; o Plano Nacional de Abastecimento Alimentar, que observa como os alimentos são produzidos nos territórios e como chegam às mesas da população; e a Estratégia Alimenta Cidades, importante iniciativa voltada ao meio urbano, que busca promover ações para garantir o direito humano à alimentação adequada nos grandes centros.

E quais ações nós, cidadãos, podemos adotar para alcançar um sistema alimentar sustentável?

Priorizar alimentos frescos, locais e da estação; valorizar a agricultura familiar e comprar em feiras regionais, fomentando conexão direta entre consumidores e produtores; reduzir a compra e o consumo de produtos alimentícios ultraprocessados; diminuir o desperdício de alimentos por meio de planejamento da dieta e da rotina alimentar; ampliar a variedade de alimentos frescos, especialmente vegetais; engajar-se em processos coletivos de políticas públicas; e rever o consumo de carne, buscando estratégias de redução combinadas ao aumento de alimentos in natura — frutas, hortaliças e outros vegetais —, contribuindo para a transição a um sistema alimentar mais justo, saudável, sustentável e resiliente.

Mensagem da coordenadora nacional da Pastoral da Criança, Maria Inês Monteiro de Freitas.

A alimentação sempre foi um tema levado muito a sério na Pastoral da Criança. Nós nos preocupamos não só com a alimentação das gestantes e das crianças, mas de toda a família. Estamos sempre buscando orientar e criar atividades que incentivem uma alimentação saudável e nutritiva. Mas só garantir isso não basta, porque a alimentação faz parte de tudo o que envolve a nossa vida. É por isso que hoje estamos conversando sobre sistemas alimentares sustentáveis, que visam assegurar a segurança alimentar e nutricional de todos, com alimentação de qualidade e em quantidade adequada para a nossa população.



Testemunho de Marciana Lays Gomes, nutricionista e líder da Pastoral da Criança da Paróquia São Domingos Sávio, Brasília, Distrito Federal.

Marciana, como os líderes da Pastoral da Criança orientam as famílias sobre a importância de uma alimentação saudável e ao mesmo tempo sustentável?

Nós, líderes da Pastoral da Criança, incentivamos a alimentação saudável e sustentável, rica em nutrientes, para ajudar no desenvolvimento integral das crianças. Uma das nossas ações é o cultivo da horta caseira, onde é possível colher alimentos e temperos no quintal para o consumo da família. Também orientamos as famílias a evitarem o desperdício, ensinando o aproveitamento de cascas, folhas e talos.



Mensagem do presidente da Pastoral da Criança, Dom Frei Severino Clasen.

A fome no mundo ainda atinge milhões de pessoas, e essa é uma situação muito triste. Também é muito preocupante a forma como os alimentos vêm sendo produzidos, com a destruição do meio ambiente por meio do uso de pesticidas, agrotóxicos e outras práticas nocivas.

Por isso, precisamos mudar esse sistema, buscando uma forma de produzir alimentos que garanta uma alimentação saudável para as gerações atuais e futuras, ao mesmo tempo em que preserva o meio ambiente, o solo e a água, e combate o desperdício.



O Dia Mundial da Alimentação, comemorado em 16 de outubro, é uma ocasião importante para refletirmos sobre estratégias que melhorem a alimentação da população mundial. Vamos tomar consciência de que uma boa alimentação para todos depende do esforço de cada pessoa e de toda a sociedade.

Que o Senhor abençoe a todos!