

2014, O ANO EUROPEU CONTRA O DESPERDÍCIO ALIMENTAR



Quando empregamos o termo “desperdício” alimentar este refere-se à eliminação intencional ou inutilização de géneros próprios para a alimentação, nas fases de processamento, armazenamento, venda e consumo.

O desperdício deve-se, em grande parte, ao excesso de normas e regras, impostas por preocupações sanitárias e / ou estéticas mas também à existência de

um *superavit* que a isso conduz; às exigências relativamente aos prazos de validade e ao facto de, enquanto consumidores, comprarmos alimentos que não comemos ou que, sobrando, deitamos fora.

Nos países em desenvolvimento, as principais causas são a agricultura ou o processamento ineficientes e as condições de transporte e de armazenamento inadequadas, falando-se, neste caso, em “perda” de alimentos.

Há cerca de 50 anos que se assiste a um excedente na produção de alimentos e, atualmente 1,3 biliões de toneladas - cerca de um terço da produção mundial - são desperdiçados !

São vários os estudos que defendem que, a não serem tomadas medidas preventivas, em 2020 o desperdício na Europa atingirá cerca de 126 milhões de toneladas.

Se em 2050 a população mundial atingir de facto os 9 biliões, os especialistas estimam que será necessário um aumento da produção alimentar na ordem dos 60%, valor insustentável para o planeta, atendendo a que **os recursos em solos e água são limitados**. Reduzir o desperdício para metade do valor atual, implicaria um aumento de “apenas” 32% da produção para alimentar todos os seres humanos.



Assinalando a data da criação da FAO em 1945 a ONU estabeleceu, em 1979, o dia 16 de outubro como o Dia Mundial da Alimentação que, com os seus vários objetivos, pretende alertar para o problema da fome, da pobreza e da desnutrição no mundo.

... Um bilião de pessoas não tem o que comer...

... A cada três segundos, um ser humano morre de fome...

O contributo de Portugal para este flagelo, segundo dados de 2012, é de cerca de um milhão de toneladas por ano. 17% do que é produzido é deitado para o lixo. Em média, cada um de nós desperdiça 97 kg alimento/ano.

A gravidade da atual situação levou o Parlamento Europeu a decretar 2014 como **Ano Europeu contra o Desperdício Alimentar**, lançando uma campanha sob o tema:



baseada na ideia de que simples mudanças de atitude, tais como programar refeições ou não dar tanta importância às datas de validade, podem marcar a diferença.

Serão objetivos da campanha:

- ❖ alertar para o grave problema do desperdício alimentar que se verifica na Europa, levando à tomada de decisões para a resolução do problema;
- ❖ fornecer informações para evitar o desperdício, reduzindo o impacto ambiental e poupando recursos.

Esta inclui várias iniciativas a nível mundial, no sentido de incentivar a produção sustentável e o consumo responsável, e alerta para o facto de modelos de desenvolvimento não sustentáveis constituírem uma ameaça para os ecossistemas e para a biodiversidade comprometendo o futuro da produção alimentar. As várias iniciativas poderão ser consultadas em www.thinkeatsave.org.

O programa da ONU - *Pegada do Desperdício Alimentar* – refere que:

- a superfície agrícola utilizada para a produção de alimentos, que não serão comidos, é equivalente à do Canadá e Índia juntos (cerca de 13 milhões de km²);
- se o desperdício alimentar fosse um país, seria o terceiro maior emissor de Gases de Efeito de Estufa (3,3 mil milhões de toneladas de CO₂ / ano) depois da China e dos Estados Unidos;
- a quantidade de água utilizada para regar o que não será consumido é equivalente a três vezes o Lago de Genebra (com um volume aproximado de 89 km³).



Acrescem ainda outras consequências ambientais: o esgotamento dos solos; o uso de fertilizantes e a poluição da água e do ar e a desflorestação. Para além disso, quanto mais tarde um produto se perde na cadeia alimentar, maiores são as consequências ambientais, de acordo com a FAO, já que para além do encargo inicial da produção devem ser contabilizados os custos ambientais decorrentes do seu processamento, transporte, armazenamento e utilização. A FAO



propõe três níveis de ação: reduzir o desperdício, reutilizar os alimentos na cadeia alimentar humana e reciclar.

Mas então o que fazer, enquanto consumidores, para minimizar o desperdício alimentar ?

- ❖ Ensinar as crianças, desde muito cedo, a não desperdiçar comida. Cêdea também é pão, aprender a reaproveitar tudo.
- ❖ Comprar alimentos de preferência produzidos na zona ou país.
- ❖ Se possível, cultivar os próprios produtos.
- ❖ Armazenar cuidadosamente os alimentos no frigorífico ou arca frigorífica utilizando-os antes de comprar mais. Gastar os que se comprou em primeiro lugar.
- ❖ Fazer um plano de refeições de forma a evitar comprar artigos desnecessários. Ser criativo na elaboração das refeições.
- ❖ Cozinhar apenas os alimentos que são precisos para as várias refeições.
- ❖ Aproveitar ao máximo o que se tem em casa e depois, se necessário, comprar os ingredientes em falta.
- ❖ Verificar sempre os prazos de validade dos artigos para os consumir antes de se estragarem, mas sem assumir uma preocupação exagerada com as datas de validade. Uma boa opção, neste caso, é preferir alguns alimentos congelados. Duram bastante mais tempo e as qualidades nutricionais permanecem inalteradas.
- ❖ Utilizar as sobras das refeições para elaborar outros pratos. No caso de refeições fora de casa, trazer o que sobrou e utilizar noutra refeição.
- ❖ Optar por embalagens mais pequenas ou tamanhos adequados ao agregado familiar.
- ❖ Não se deixar seduzir por campanhas de compras “leve x pague x-1” de produtos que não precisa.
- ❖ .
- ❖ As frutas e os vegetais embora com formas não perfeitas ou com toques, são boas na mesma. Não há razão para serem deitadas ao lixo, basta cortar a parte que está tocada.
- ❖ Fazer compostagem sempre que possível.



Apesar desta campanha visar especialmente a diminuição do desperdício ao nível dos consumidores, é também dirigida aos comerciantes da restauração, hotelaria e supermercados.

Enquanto muitos restaurantes lançam para o lixo as sobras, alguns porém, aderiram a programas de distribuição de refeições e alimentos por instituições ou pessoas carenciadas, permitindo a reutilização dos alimentos na cadeia alimentar humana.

Em Portugal surgiram movimentos, como o Zero Desperdício, que aproveita todos os bens alimentares que antes acabavam no lixo. Comida que nunca saiu da cozinha, cujo prazo de validade se aproxima do



fim, que não foi exposta nem esteve em contacto com o público, chega agora a pessoas que dela necessitam. Este projeto foi apresentado à FAO que manifestou interesse por ele, pretendendo alargá-lo a outros países.

A Cooperativa Fruta Feia, em Lisboa, desenvolveu uma campanha com o lema "Gente Gira Come Fruta Feia", para vender, a um preço mais acessível, produtos que, pelo seu aspeto não cumprem as normas impostas pelo mercado e, como tal, a grande distribuição rejeita. Esta aproximação entre o produtor e o consumidor promove o escoamento dos produtos e representa uma poupança no orçamento familiar. O projeto tem também interesse ecológico na medida em



que permite a valorização dos recursos utilizados na sua produção tornando as explorações agrícolas mais sustentáveis.

Os hospitais de Santa Maria e Pulido Valente vão dispor de um banco alimentar, a funcionar nas instalações deste último, constituído pelas refeições não consumidas por doentes e profissionais de saúde das duas unidades de saúde. Os alimentos serão doados ao movimento *Refood* que se responsabiliza pela sua distribuição.

Algumas empresas encontraram também soluções inovadoras para reduzir o desperdício. A *Fruut* converteu as suas maçãs rejeitadas, num produto saudável e atrativo - *snacks* de maçã desidratada ! A cadeia alemã Edeka implementou recentemente um projeto-piloto para vender produtos frescos que não obedecem às normas em termos de tamanho e calibre e, na Suíça, a Coop lançou a *Únique*, uma gama de legumes disformes e, por isso, geralmente rejeitados, 60% mais baratos.

No Alentejo, trinta e cinco escolas de sete concelhos diferentes vão utilizar os restos das cantinas e também resíduos dos jardins para produzir adubo para as suas hortas biológicas.

No dia Mundial da Alimentação de 2013 o PAM – Programa Alimentar Mundial, salientou :

"Conseguir o maior número possível de alimentos de cada gota de água, porção de terreno, partícula de fertilizantes e minuto de trabalho poupa recursos para o futuro e torna os sistemas mais sustentáveis."

Atividade

E agora chegou a tua vez de meteres mãos à obra e pores a criatividade em marcha!

Já são muitos os *sites* que ensinam a fazer o reaproveitamento dos restos que sobram das refeições.

Organizem-se em grupos de trabalho e procurem receitas feitas com restos de alimentos, com águas de cozedura ou com partes de produtos que geralmente se deitam fora como por exemplo a rama da cenoura ou as cascas de batata.

Elaborem um cartaz e apresentem a vossa sugestão à turma.

Links úteis: <http://youtu.be/reOBks5UR3Q>

