



IDEIAS
na mesa

1

Revista Ideias na Mesa

1ª edição – 1º/2013

www.ideiasnamesa.unb.br

DESPERDÍCIO

o vilão de todos nós

sumário

2 *capa*

- > *Desperdício: uma conta alta*
- > *Ele está em todos os lugares*
- > *Esforço global contra perda de alimentos*

8 *entrevista*

Celso Moretti: mais produção com menos desperdício

10 *boas práticas*

Experiências pelo Brasil e pelo mundo

14 *artigo*

Perdas e desperdício de alimentos – por uma visão integral e sistêmica por Renato S. Maluf

16 *miscelânea*

Saiba mais sobre desperdício de alimentos

17 *dicas*

- > *Para evitar o desperdício*
- > *O que é o SISAN*

editorial

O desperdício de alimentos é uma contradição em um mundo que ainda não foi capaz de alimentar de maneira saudável e adequada todos os seus moradores. Quando comparado à imensa capacidade de produzirmos alimentos em praticamente todas as regiões do planeta, fica ainda mais contraditório. No entanto, como pode ser concluído ao longo da leitura do primeiro número da Revista Ideias na Mesa, os alimentos não cumprem sua missão mais original e nobre, alimentar e nutrir, porque ao longo de todo o sistema alimentar, isto é, do cultivo à destinação de dejetos na casa de todos nós, há fatores tanto estruturais como individuais que desconsideram cuidados, renovação de procedimentos e valores.

Enquanto espaço de diálogo e valorização da Educação Alimentar e Nutricional, o Ideias na Mesa elegeu este tema para sua primeira revista por considerar que a prática consciente de todos nós pode contribuir para a redução deste problema. Enquanto sujeitos individuais e coletivos podemos e devemos exigir práticas sustentáveis para produção e comercialização dos alimentos. Podemos e devemos alterar nossa prática de escolha, compra, transformação e destinação dos alimentos que consumimos. Profissionais e especialistas apontam caminhos e prioridades. Precisamos urgentemente de mecanismos de monitoramento que atualizem as informações e que elas sejam confiáveis. Como resolver o que não conhecemos? Destacamos algumas experiências bem-sucedidas de consumir menos e melhor, reaproveitar, redestinar, criar e valorizar hábitos sustentáveis. A Revista, sua temática e abordagem inauguram, no âmbito do Ideias na Mesa, mais um instrumento para que a Educação Alimentar e Nutricional seja vista e praticada no contexto da realização do Direito Humano à Alimentação Adequada e da garantia da Soberania e Segurança Alimentar e Nutricional, considerando todas as etapas do sistema alimentar, as interações e significados que compõem o comportamento alimentar e promova a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis.

Equipe Ideias na Mesa

Desde sua origem a humanidade lança mão dos recursos que tem disponíveis para combater a fome. Toda essa capacidade de reação não conseguiu prevenir o surgimento de outro problema, aparentemente fora de controle e paradoxal: o desperdício de alimentos.

Estudo publicado pela Institution of Mechanical Engineers em janeiro de 2013 intitulado “Global food waste not, want not” relaciona o desperdício de alimentos às perdas de recursos naturais. Mostra que 30% a 50% de alimentos produzidos são desperdiçados antes do consumo e que 550 bilhões de m³ de água são desperdiçados na produção de alimentos que não são consumidos no mundo. Segundo a pesquisa, com o fim das perdas é

A participação do Brasil nessa conta é alta. O país está entre as 10 nações que mais desperdiçam alimentos no mundo. Uma pesquisa da FAO, de 2004, mostra que 35% de toda a produção agrícola do país não é aproveitada, o que significa que 10 milhões de toneladas de alimentos poderiam estar disponíveis para consumo de milhões de brasileiros. Cada família brasileira desperdiça cerca de 20% dos alimentos que adquire no período de uma semana. Mas como e onde perdemos alimentos que custamos tanto a produzir? Estudos produzidos pela Embrapa, em 2007, revelam que, nas perdas totais da produção brasileira, 10% ocorrem na colheita; 50% no manuseio e no transporte; 30% nas Centrais de Abastecimento (Ceasas) e 10% diluídos entre supermercados e consumidores.

Nos lares, quase metade do lixo produzido é composto por alimentos. E pelo menos metade do que se desperdiça poderia ser consumido, se tivesse sido manipulado da maneira correta. Um dos principais motivos das perdas alimentares em casa é a compra e o preparo de quantidades maiores do que será consumido. Entre as razões mais comuns para que as famílias dispensem comida ainda em condições de consumo estão a proximidade do prazo de validade e até o incômodo de guardar sobras de alimentos.

de alimentos produzidos são desperdiçados antes do consumo

10%

são diluídos entre
supermercados e consumidores



José Neto recolhe no chão frutas e verduras boas para o consumo (Ceasa – DF).

Ele está em todos os lugares

Uma vez por semana, aos sábados, o piauiense José Neto, de 40 anos, cumpre uma dupla rotina que lhe garante o sustento. Chega cedo à Ceasa do Distrito Federal para ganhar dinheiro com o frete de compras que leva das bancas de frutas, verduras e hortaliças para os carros dos consumidores. No início da tarde, depois que o zum-zum de gente diminui, e os funcionários de bancas começam a recolher o que não foi vendido, José sai em busca do que, entre o abastecimento e a venda, ficou jogado pelo chão. “Coisa boazinha pra comer”, garante. Conta que, além de levar para a família, ainda distribui para os vizinhos, “os amigos mais chegados”, diz. Cerca de 40 pessoas repetem o gesto, juntando mamão, tomate, banana, chuchu, o que conseguem carregar.

A grande hora para José e os amigos é quando algumas bancas começam a distribuir o excedente. Vendedor da Ceasa há 18 anos, Cícero Pereira diz que a doação é importante para evitar que alimentos ainda em bom estado sejam jogados no lixo. “Há alguns anos, os contêineres ficavam lotados de alimentos, agora isso vem mudando, por causa desse Desperdício Zero”, diz, referindo-se ao programa da Central de Abastecimento que incentiva a doação dos alimentos excedentes ao fim do dia (dados encontra-

dos em: www.ceasa.df.gov.br).

Programas de doação como o da Ceasa são, no entanto, apenas parte do processo de combate ao desperdício de alimentos. Especialistas e técnicos acreditam que entre as causas do desperdício de alimentos estão maus hábitos de alimentação e conservação, somados ao gerenciamento inadequado do processo de produção, armazenamento, transporte e comercialização dos alimentos.

Marcelo Piccin, presidente da Emater-DF foi vice-presidente da Ceasa-DF e conhece bem essa realidade. Mesmo com o programa, estima que 2% dos 18 milhões de toneladas de alimentos comercializadas nos 70 postos das Ceasas no país são desperdiçados no processo de comercialização ainda nas centrais de abastecimento, como confirmam dados da Associação Brasileira das Centrais de Abastecimento (Abracem). Isso equivale a 360 mil toneladas de alimentos, que é o volume de toda a

venda na Ceasa-DF em um ano.

Piccin acredita que a solução para maior controle do desperdício viria por meio de maior financiamento para infraestrutura de colheita, classificação, transporte armazenamento nas propriedades. Outra ação, em relação às verduras e legumes, seria a criação de barracões de classificação dos produtos, onde haveria maior

♦ ♦ ♦ ♦ ♦
360 mil
 toneladas
 de alimentos
 são desperdiçadas
 por ano ainda na
 comercialização
 ♦ ♦ ♦ ♦ ♦



O excedente das vendas garante a feira da semana

cuidado nos processos de acondicionamento e seleção.

Boa parte do desperdício identificado, segundo Sílvio Porto, diretor de Política Agrícola da Companhia Nacional de Abastecimento (Conab), ocorre em razão da concepção equivocada sobre o que é bom para se consumir, a questão do tamanho, da beleza, a classificação do produto. Por essa razão, explica, muitas vezes a seleção de verduras e legumes com boa aparência é feita pelo produtor, na pós-colheita, quando parte da produção é dispensada.

“Quando isso é feito ainda na unidade produtiva, volta para a terra, mas é muito comum que isso ocorra nas Ceasas ou nos pontos de venda, e aí todo esse alimento acaba indo para um aterro sanitário”, explica. Na sua avaliação, trabalhar a Educação Alimentar e Nutricional e também os aspectos normativos seria de grande importância para o melhor aproveitamento dos alimentos.

Porto, que foi diretor de um posto da Ceasa no Rio Grande do Sul, aponta a necessidade de uma legislação que ajude a mudar os valores de consumo, e os padrões de classificação existentes. “Qual o problema de eu ter uma alface ou uma batata pequena?”, pergunta. “A pesquisa, a mídia e a publicidade criaram, por exemplo, a imagem de que o arroz longo e fino é melhor do que o arroz vermelho. E resulta disso um produto empobrecido nutricionalmente e um padrão que reduz a variabilidade genética. Há indução para o consumo, que determina todo o processo produtivo”, afirma.

A falta de estrutura para o transporte e embalagens inadequadas, concordam ambos os especialistas, contribuem para a perda de alimentos antes mesmo que eles cheguem à mesa do consumidor. Entre os anos de 1999 e 2012, a Ceasa-RS fez um trabalho para introduzir novas embalagens e reduzir o uso de caixas de madeira, tentando opções como caixas de plástico, retornáveis e mais higiênicas, ou mesmo de material descartável, como o papelão. Parte da perda, explica Sílvio Porto, ocorre porque a embalagem de madeira, quando reutilizada, pode ser contaminada por fungos e bactérias que acabam por contaminar e apodrecer mais rapidamente o alimento. Junte a isso o fato de que batatas, tomates e outras verduras que saem do produtor em caixas ou sacas pesadas, ao ser despejadas em outras caixas ou mesmo em gôndolas da Ceasa, sofrem quedas, por terem peso maior do que os trabalhadores podem suportar.

Para Marcelo Piccin, o acúmulo do desperdício na cadeia agroalimentar resulta em perdas reais, mas ainda não estimadas adequadamente no Brasil. “Nosso desafio envolve áreas públicas, governos federal, estaduais e municipais. Ainda não temos pesquisas suficientes para saber de forma mais fidedigna as causas do desperdício, e essa é uma tarefa a ser abraçada por toda a sociedade, porque há a necessidade de conscientização dos produtores, dos que transportam os alimentos, dos trabalhadores que os comercializam, de todos os elos da cadeia alimentar”, avalia.



Maria Senhora: produtos doados ao Banco de Alimentos têm alto valor nutritivo

Foto cedida pelo projeto

ESFORÇO GLOBAL contra a perda de alimentos

A conclusão da comunidade de especialistas que atua com o tema desperdício de alimentos é que não há mais tempo a perder. Em janeiro de 2013, a Organização das Nações Unidas para a Agricultura e Alimentação (FAO) liderou a Iniciativa Global para a Redução das Perdas e Desperdício de Alimentos (www.save-food.org), envolvendo vários outros participantes. Uma das pontas da ação é a campanha “Pense, coma e poupe – reduza sua pegada alimentar (www.thinkeatsave.org)”, lançada em conjunto com o Programa das Nações Unidas para o Meio Ambiente, com o propósito de reduzir perdas e desperdícios de alimentos, cuja estimativa de cifra anual pode atingir 1,3 bilhão de toneladas, cerca de um terço de toda a produção de alimentos para consumo humano.

O “Desafio Fome Zero”, lançado pelo Secretário-Geral da ONU, Ban Ki-moon, durante a Rio + 20, propõe eliminar as perdas e promover sistemas alimentares plenamente sustentáveis. Paralelamente, o Comitê das Nações Unidas para a Segurança Alimentar Global encomendou ao Painel de Alto Nível de Especialistas em Segurança Alimentar a realização, por meio de consulta pública, de “um estudo sobre perdas e desperdício de

alimentos no contexto de sistemas alimentares sustentáveis”, com recomendações de políticas públicas, a ser finalizado em 2014 (www.fao.org/cfs/hlpe).

Segundo dados da FAO, 95% das perdas de alimentos nos países em desenvolvimento ocorrem nos estágios iniciais da produção, principalmente por conta das limitações financeiras e técnicas. Dificuldades para armazenamento, infraestrutura e transporte também contribuem para a perda.

Já nos países desenvolvidos, o desperdício é mais significativo no fim da cadeia de produção. Nos mercados e pontos de venda, grandes quantidades de comida são descartadas por estar fora dos padrões de aparência, devido a práticas ineficientes e pela expiração das datas adequadas para consumo. Por parte dos consumidores, o desperdício está em adquirir e preparar mais do que pode ser consumido.

Na Europa, na América do Norte e na Oceania, o desperdício per capita de alimento varia de 95 kg a 115 kg por ano, enquanto na África Subsaariana e no Sudeste Asiático, são jogados fora entre 6 e 11 kg anuais, por pessoa.

AÇÕES BRASILEIRAS CONTRA O DESPERDÍCIO

No Brasil, há quase 20 anos, profissionais dentro e fora da esfera pública realizam ações de redução do desperdício de alimentos. Soluções para o problema da produção e do consumo alimentar sem planejamento vêm sendo buscadas por grupos de pesquisadores e pela sociedade civil, que ouviram e atenderam aos primeiros alertas sobre as perdas na produção, ainda na década de 1990.

No campo da pesquisa e transferência de tecnologia para combater o desperdício destaca-se a Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária (Embrapa) com projetos como o que vem sendo desenvolvido pela pesquisadora Milza Moreira para conscientizar técnicos agricultores e varejistas sobre os cuidados com as perdas na pós-colheita.

Outra ação importante da Embrapa foi a criação do site Hortaliças na Web, que estimula o consumo saudável de hortaliças e traz dicas sobre como comprar, conservar e cozinhar esses alimentos.

Os primeiros Bancos de Alimentos públicos apoiados pelo governo surgiram em 2003 e 2004, para combater o desperdício e atender a indivíduos em situação de insegurança alimentar. Hoje, 74 unidades apoiadas pelo Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome (MDS) distribuem anualmente mais de 250 toneladas de alimentos a entidades sociais cadastradas.

Um desses bancos é o de Ribeirão das Neves, em Minas Gerais, criado em outubro de 2007. Recebe doações de frutas, verduras e legumes de parceiros como a Ceasa de Minas Gerais, além de peixe criado por detentos que participam do programa de recuperação do Presídio Antônio Dutra, localizado no município.

O banco possui uma cozinha experimental, na qual são oferecidos cursos e orientação sobre a manipulação e o reaproveitamento de alimentos. “O alimento que recebemos não serve para a comercialização, mas tem alto valor nutritivo. Muitas vezes, não podemos usar o tomate numa salada, mas dá para fazer um bolo, uma geleia e até um doce”, conta Maria Senhora, gerente de Segurança Alimentar e coordenadora do Banco de Alimentos mineiro.

O público-alvo do Banco de Alimentos é composto por mulheres da comunidade, cozinheiras de creches e outras instituições assistenciais de Ribeirão das Neves. Hoje, 35 instituições recebem doações mensais do banco, beneficiando 3.900 pessoas. Com frequência,



a equipe do Banco faz visitas técnicas às instituições atendidas, e é quando obtém o retorno sobre o que das ações realizadas.

Maria Senhora explica que uma das maiores dificuldades ainda é a resistência das pessoas em reaproveitar o alimento. Maria Senhora comenta que outra ação do banco é a realização de eventos públicos de demonstração de receitas e degustação. “A partir daí buscamos transformar o paladar das pessoas, para que elas descubram sabores extraordinários. Estamos batalhando para criar hábitos mais saudáveis nas famílias”, afirma.

Outra ação governamental para combater o desperdício de alimentos está no Programa de Doações Eventuais do Fome Zero, criado em 2003. Ele isenta empresas que se propõe a fazer

doações regulares de alimentos do pagamento do Imposto sobre Operações relativas à Circulação e sobre Prestação de Serviços de Transporte Interestadual e Intermunicipal e de Comunicação, o ICMS. Levantamento feito pelo MDS mostra que, até 2012, mais de 22 toneladas de alimentos que poderiam ter sido descartados foram doados a mais de 1,8 milhão de beneficiários do programa. O programa também se organiza a partir de Bancos de Alimentos e possui parceria com o Programa Mesa Brasil do Serviço Social do Comércio (Sesc), uma rede nacional de bancos de alimentos contra a fome e o desperdício.

♦ ♦ ♦ ♦ ♦
74
Bancos de
Alimentos são
apoiados pelo MDS
♦ ♦ ♦ ♦ ♦



Foto: assessoria de imprensa da Embrapa

Celso Moretti

Mais produção com menos desperdício

Quebrar a cadeia do desperdício de alimentos no Brasil implica investir mais na divulgação maciça de tecnologias já disponíveis no país e firmar parceria forte entre pesquisa, extensão e cadeias produtivas, afirma o pesquisador Celso Moretti, chefe do Departamento de Pesquisa e Desenvolvimento da Embrapa. Moretti, que é doutor pela Universidade da Flórida (EUA), trabalha há 20 anos com Perda e Desperdício de Alimentos. Ele conversou sobre o tema com a equipe da Revista Ideias na Mesa.

Ideias na Mesa: Hoje, vivemos o paradoxo de ter milhões de pessoas passando fome no mundo e, em contrapartida, o mundo trabalhando cada vez mais pra prover esses alimentos. Este é um problema cultural?

Celso Moretti: É também um problema cultural. As perdas ocorrem por vários fatores e vão desde o campo até a mesa do consumidor. De um lado do elo da cadeia, depois da porteira, existe a falta de conhecimento sobre a tecnologia adequada de transporte e de armazenamento. Muitas vezes você vê também o supermercado e as quitandas, que desconhecem a forma

de armazenar. Por outro lado, as casas, onde o próprio consumidor não sabe manusear adequadamente os produtos, não sabe como comprar ou conservar adequadamente. Essa série de equívocos acaba formando uma cultura do desperdício.

IM: Considerando as várias etapas do processo de produção de alimentos, entre a produção e o consumo, em que fase ocorre a maior parte do desperdício?

CM: Segundo o estudo da FAO, muitas vezes, o montante desperdiçado não é muito diferente num país desenvolvido ou num país em desenvolvimento. O ponto onde ocorre a maior parte do desperdício é que muda. Em países como os Estados Unidos, e em algumas nações europeias, o desperdício ocorre mais na ponta, no consumidor. Nos Estados Unidos, por exemplo, chama a atenção o desperdício nos restaurantes e nas casas das pessoas. Elas compram muito porque têm renda elevada. Para se ter ideia, os americanos consomem 30% da proteína animal do mundo. Isso acaba elevando muito o desperdício no país. Já no Brasil, o desperdício ocorre de maneira mais concentrada, durante a produção e as fases de pós-colheita. Ocorre mais pelo desconhecimento da tecnologia existente do que pela ausência da tecnologia.

IM: Sabe-se que existem muitos fatores que influenciam diretamente a ocorrência do desperdício de alimentos. O transporte por longos percursos de estradas brasileiras contribui de que maneira?

CM: Se, por exemplo, eu produzir um tomate para vender aqui nas redondezas, posso colher esse tomate vermelho. Mas, se produzir para vender em Manaus, tenho de colher mais verde, porque o transporte leva em média oito dias. Nesse transporte ocorrem perdas. Hoje, se utiliza uma coisa chamada “caixa k”. Ela tem esse nome porque na Segunda Guerra Mundial era usada para transportar dois galões de “kerosene”, como se escreve em inglês. Aí tiveram a ideia brilhante de usar essa caixa, que é retangular, comprida, funda, e de madeira áspera, para transportar frutas e hortaliças. O problema é que essa madeira machuca o tomate, o pimentão, a cenoura. Esses são produtos sensíveis e com isso perdem água com facilidade, além de ficarem mais vulneráveis à contaminação por bactérias, fungos, que levam ao apodrecimento. Depois, ao chegar ao destino, o caminhão fica estacionado no sol, aguardando a vez de descarregar; ao ser retirado, o produto leva pancadas e depois, em muitos casos, vai para uma gôndola sem refrigeração e começa a suar. Essa condensação de água ali em cima forma um caldo nutritivo para desenvolvimento de fungos.

IM: Existe alguma saída para esse problema?

CM: É uma cadeia de equívocos. É possível fazer coisas simples, que não exigem grande esforço: planejar a produção, colher no ponto certo ou usar embalagem mais adequada. Se você não tem transporte refrigerado, pode adquirir uma câmara fria, refrigerar, colocar no caminhão e cobrir com lona térmica, que vai segurar a temperatura. Uma série de ações pode ser feita nesse processo. Temos tecnologia para isso. Nos programas de melhoramento genético, muitas vezes usamos recurso para aumentar em 10% a produtividade. No entanto, além de aumentar a produtividade, também é importante reduzir o desperdício. Se conseguirmos reduzir em 20% o desperdício, teremos 30% a mais de produtos chegando à mesa do consumidor.

IM: Hoje, existem números que mensurem a perda de alimentos nessas fases?

CM: Venho trabalhando há 20 anos na área de desperdício e desconheço a existência de trabalhos de pesquisa conclusivos. Existem trabalhos feitos com a aplica-

ção de questionários. Há 10 anos, fizemos, no Distrito Federal, um levantamento para mensuração das perdas de tomate, pimentão e cenoura, em parceria com uma rede de supermercados. Chegamos a alguns valores para o desperdício no trajeto entre o produtor e o consumidor: o tomate, em torno de 35% de perda; a cenoura, 25% e o pimentão, em torno de 30%.

IM: O que precisa ser feito para reduzir o desperdício de alimentos?

CM: Esse é um desafio muito grande para a Empresa Brasileira de Assistência Técnica e Extensão Rural (Emater), para as empresas que trabalham com extensão e para a própria Universidade de Brasília (UnB), de levar essa informação para a cadeia produtiva. Nós temos tecnologia no Brasil para reduzir esse desperdício. É muito mais um trabalho de transferência de tecnologia, de conscientização, do que de desenvolver novas tecnologias.

IM: Como a Embrapa tem atuado no campo da redução do desperdício e da perda de alimentos?

CM: A Embrapa tem investido em parcerias com as universidades e as associações de produtores para tentar minimizar esse problema. Nós temos projetos de transferência de tecnologia e temos, em pelo menos duas unidades da Embrapa do DF, escritórios da Emater. Isso tem permitido contato muito próximo com os extensionistas, e eles nos colocam em contato com os produtores. Fazemos, assim, um corpo a corpo nesse sentido, com cursos, treinamentos, capacitações, cartilhas, que orientam, basicamente, o problema dentro da porteira.

ximo com os extensionistas, e eles nos colocam em contato com os produtores. Fazemos, assim, um corpo a corpo nesse sentido, com cursos, treinamentos, capacitações, cartilhas, que orientam, basicamente, o problema dentro da porteira.

IM: Qual é a boa notícia no campo das ações de combate ao desperdício?

CM: O governo brasileiro está reestruturando a assistência técnica e está sendo criada a Agência Nacional de Assistência Técnica e Extensão Rural (Anater). A Embrapa vai se unir a esse projeto. Outra ação é criar um sistema nacional de pesquisa agropecuária que vai permitir e favorecer o trabalho conjunto, em rede, de forma que tenhamos mais alimentos à disposição da sociedade e menos desperdício.



Foto cedida pelo projeto

Luciana Quintão: o trabalho do Banco vai além da arrecadação de alimentos

Cidadania para a redução do desperdício

O primeiro Banco de Alimentos do país foi criado em 1998, numa ação pioneira da economista Luciana Chinaglia Quintão. O objetivo da organização não governamental é combater a fome e o desperdício de alimentos no dia a dia, experiência que dá frutos e serve de exemplo a outras que hoje se multiplicam no País. “Ao desperdiçar toneladas de alimentos diariamente, contribuímos para a degradação econômica e social do nosso país, prejudicando a saúde de milhões de pessoas, cidadãos que sofrem com a irracionalidade do desperdício”, reflete Luciana, orgulhosa do trabalho que hoje vai além da simples arrecadação de alimentos despercebidos por comércios varejistas.

Uma das formas de atuação do Banco de Alimentos paulista é a colheita urbana de sobras de comercialização e excedentes de produção. Todos

os meses, arrecada 35 toneladas de alimentos e os distribui para 43 instituições filantrópicas, que atendem cerca de 22 mil pessoas, entre crianças, adolescentes, idosos e portadores de deficiências ou doenças graves.

Para que as entidades assistidas aprendam a aproveitar integralmente o alimento e a consumi-lo de maneira adequada, o Banco de Alimentos de São Paulo oferece cursos, palestras, workshops e oficinas culinárias, em que os alunos aprendem também técnicas de higiene, suprimindo em parte a carência de educação formal. Em outra linha de atuação, a ONG faz uma ponte com o mundo acadêmico, por meio da parceria com um centro universitário, permitindo que alunos do último ano

do curso de Nutrição realizem estágio curricular, desenvolvendo trabalhos de pesquisa científica.

◆ ◆ ◆ ◆ ◆
35
toneladas de
alimentos são
arrecadadas pelo
Banco de Alimentos
de São Paulo
todos os meses
◆ ◆ ◆ ◆ ◆



Educação Alimentar e Nutricional

As experiências de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) voltadas para o combate ao desperdício de alimentos vêm ganhando maior visibilidade a partir do lançamento da Rede Virtual Ideias na Mesa. A Rede, lançada em 2012 para multiplicar conhecimento sobre EAN a partir da troca de informações, conhecimento e práticas, já conta com 52 experiências cadastradas, algumas com atividades educativas voltadas para a redução do desperdício de alimentos. São algumas experiências:

Recife – PE

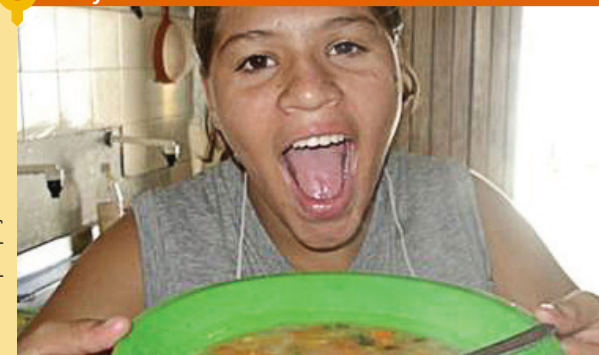


Foto cedida pelo projeto

PROGRAMA NEPAZ: NUTRIÇÃO E ECOLOGIA POR UMA CULTURA DE PAZ

Criado pela Pró-Reitoria de Extensão da Universidade Federal de Pernambuco. As atividades do projeto incluem a capacitação de professores para trabalhar com temas de Alimentação e Nutrição e, também, merendeiras de escolas locais, por meio de oficinas de aproveitamento integral de alimentos e alternativas alimentares, para que possam otimizar o uso de recursos alimentares disponíveis na comunidade.

Florianópolis – SC



Foto cedida pelo projeto

ESPAÇO DE DIÁLOGO SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

O projeto é do Centro de Referência de Assistência Social III de Florianópolis, Santa Catarina, e opera com atividades lúdicas e cursos em uma cozinha experimental. Em aulas, workshops e rodas de conversa, pessoas da comunidade e profissionais como educadores e agentes comunitários trabalham temas como o resgate da cultura alimentar tradicional e aprendem a escolher melhor os alimentos, com base em custo-benefício, além de técnicas para o combate ao desperdício de alimentos.

Maringá – PR



Foto cedida pelo projeto

HORTAS ESCOLARES

Criado e mantido pela Universidade Estadual de Maringá, o projeto Hortas Escolares tem o objetivo de promover a segurança alimentar e nutricional nas escolas do município de Paíçandu, região onde foi identificada carência nutricional entre a população jovem. No projeto, alunos, entre 11 a 14 anos, e professores vêm aprendendo, em atividades desenvolvidas na horta comunitária, ensinamentos básicos sobre alimentação saudável, e cultivo de mudas com o reaproveitamento de resíduos orgânicos.

Satisfeito, sim senhor

Desde o início de 2013, restaurantes de São Paulo ajudam a combater a fome de crianças e a evitar o desperdício, graças ao projeto Satisfeito, criado e mantido pelo Instituto Alana, que é voltado para o cuidado à criança. O Satisfeito é um movimento que envolve a ação conjunta entre consumidores, restaurantes e organizações que trabalham pela segurança alimentar e nutricional de crianças em todo o mundo.

Nos restaurantes participantes do programa, o cliente tem a opção de pedir um prato um pouco menor, com dois terços do tamanho original. O que o restaurante economiza em alimento, ao servir essa porção reduzida, é transferido em dinheiro para organizações que trabalham pela segurança alimentar e nutricional de crianças. Em seis meses de funcionamento, o Satisfeito beneficiou o Centro de Recuperação e Educação Nutricional (Cren) da Universidade Federal do Estado de São Paulo, o Banco de Alimentos de São Paulo e o Seeds of Light, que atua no Sul da África. Graças ao movimento, essas entidades, que trabalham com projetos para minimizar a fome e combater o desperdício de alimentos, receberam, cada uma, o equivalente a 1.342 refeições, até o primeiro semestre de 2013.



Foto cedida pelo projeto

“A missão do Movimento Satisfeito é facilitar a doação por parte dos restaurantes e dos consumidores que naquele dia optaram por comer um pouco menos ou não desperdiçar alimentos, podendo doar essa quantia para as organizações que estão fazendo um trabalho muito importante de segurança alimentar”, explica Paula Bonazzi, responsável pela expansão do projeto.



Foto cedida pelo Museu Casa Brasil - DE

Mesa Brasil

O programa Mesa Brasil é também um exemplo de ação cidadã contra a fome e o desperdício. Criado pelo Serviço Social do Comércio (Sesc) em 2000, ele é uma evolução de ações como o projeto Sopa & Pão, implantado pela entidade em 1991. Hoje, o Mesa Brasil é composto por uma rede de 82 Banco de Alimentos que atendem a mais de seis mil entidades.

A exemplo de outras entidades, a rede de Bancos do Mesa Brasil promove ações educativas, possui mais de 3 mil parceiros doadores e 49 mil multiplicadores treinados. Os bancos, em geral, possuem regras para receber doação. Os da rede do Sesc, por exemplo, recebem desde alimentos em geral até produtos de limpeza e também serviços, como o trabalho voluntário em unidades operacionais. Nesse caso, não podem ser doadas refeições prontas, pães com recheios cremosos, doces e alimentos com embalagens danificadas ou com data de validade vencida.

Além de praticar ações de responsabilidade social, o colaborador do programa conta com Isenção do ICMS para produtos e serviços doados, como prevê o Decreto nº 41.374 de 30 janeiro de 2002.

● Experiências no Mundo

> Restaurantes americanos contra o desperdício

Nova-iorquinos amam seus restaurantes, e por uma boa razão: eles estão entre os melhores do mundo. No entanto, eles geram muito lixo. Restaurantes em Nova York produzem perto de meio milhão de toneladas de resíduos alimentares por ano – o suficiente para encher mais de cem carros de metrô por dia.

Em 2012, a prefeitura da cidade assumiu o desafio de dobrar a quantidade de lixo reciclado e de compostagem, reduzindo os volumes de restos de alimentos depositados nos aterros sanitários. Convidou também os restaurantes para participar de um programa para reduzir em 50% o volume de alimentos depositado no aterro de Nova York. Essa iniciativa, que já conta com a adesão de mais

Essa iniciativa, que já conta com a adesão de mais

500.000

toneladas de resíduos alimentares
são produzidas pelos restaurantes
de Nova York por ano

de 100 restaurantes, está inserida em uma ação maior, conhecida como PlaNYC, lançada em 2007. Trata-se de um esforço para fortalecer a economia da cidade, combater as alterações climáticas e melhorar a qualidade de vida da população, tendo em vista a busca por uma cidade mais verde.

www.nyc.gov/html/planyc2030/html/theplan/the-plan.shtml

- > **Rede virtual de desperdício de alimentos “The Food Waste Network” (Reino Unido):** é um serviço ideal para reciclagem de alimentos, em que há mapeamento, monitoramento e promoção dos serviços de reciclagem de resíduos alimentares do Reino Unido. Também são compartilhadas ideias úteis e dicas sobre a redução do desperdício, promovendo, assim, a sustentabilidade.

www.foodwastenetwork.org.uk

- > **Too Good To Waste (Reino Unido):** lançado por uma organização sem fins lucrativos que visa a ações de sustentabilidade em restaurantes de Londres e à promoção de escolhas mais saudáveis. Auxiliam os restaurantes membros a optar por alimentos sustentáveis, gerir recursos de forma mais eficiente e cumprir com as responsabilidades sociais.

www.toogood-towaste.co.uk

> **Love Food Hate Waste (Escócia):** lançada pela Zero Waste Scotland, organização sem fins lucrativos, é uma rede virtual apoiada por organizações comunitárias, cozinheiros, empresas, entidades do comércio, autoridades locais e indivíduos do Reino Unido que procuram conselhos práticos para redução das perdas. Há opções de receitas, dicas de compras, programação de cardápio, entre outras atividades que envolvem a redução do desperdício.

scotland.lovefoodhatewaste.com

> **FoodWaste.ie (Irlanda):** Programa nacional que visa a fornecer informações necessárias para auxiliar autoridades locais e catadores de resíduos alimentares a promover a regulamentação do desperdício de alimentos. ***www.foodwaste.ie***

Perdas e desperdício de alimentos – por uma visão integral e sistêmica



Renato S. Maluf – professor do Centro de Referência em Segurança Alimentar (CERESAN) do CPD/Universidade Federal Rural do RJ (UFRRJ)

As perdas e o desperdício de alimentos (P&DA) vêm recebendo crescente atenção no mundo, devendo ocupar lugar de destaque na agenda internacional e também no Brasil. O enfrentamento das P&DA costuma integrar o elenco de preocupações de muitos programas globais e políticas nacionais relacionadas com a segurança alimentar e nutricional, ainda que raramente recebam atenção prioritária e tratamento adequado.

A atenção para com esses importantes problemas e a intenção de agir de forma mais sistemática sobre eles devem ser saudadas por sua óbvia relevância. Ao mesmo tempo, devemos aproveitar essa oportunidade, já inadiável, para buscar uma adequada compreensão e melhor mensuração de fenômenos sobre os quais ainda prevalecem insuficiências conceituais e abordagens parciais. Ressentimo-nos, também, de dados confiáveis, o que tem levado à proliferação de estimativas imprecisas.

No Brasil, encontramos referências ao tema das P&DA, entre outros, no programa de pesquisa da Embrapa e outros institutos, nas iniciativas de redução do desperdício como as implementadas pelos entrepostos de abastecimento e bancos de alimentos, em projetos de organizações sociais sobre aproveitamento dos alimentos e em alguns tantos conteúdos de programas educativos. Contudo, pode-se afirmar que o país carece de uma compreensão estabelecida, de dados atualizados e de ações coordenadas. Nesse sentido, é bastante significativa a ausência de referência específica às P&DA no 1º Plano Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional 2012-2015, para onde deveria fluir a visão de ações coordenadas para fazer face a um problema com várias dimensões.

A própria conceituação e a abrangência das noções de perdas e desperdícios de alimentos estão ainda sujeitas a debates. Parte-se da compreensão geral de que elas fazem referência às perdas e ao desperdício, veri-

ficados ao longo da cadeia alimentar, de partes comestíveis de produtos originalmente direcionados para o consumo humano. Claro está que indefinições no plano conceitual acarretam insuficiências no tocante à mensuração das P&DA e dos indicadores mais adequados. Contudo, há que se ressaltar a carência de informações com a abrangência e periodicidade requeridas por um grave problema nesse campo.

Duas propostas de ampliação da definição são ilustrativas das distintas concepções a respeito. Uma delas propõe incluir como P&DA o material comestível destinado à alimentação animal. Com repercussões conceituais e de políticas públicas mais significativas, tem-se a proposta de incluir o sobreconsumo de alimentos desde a perspectiva de evidenciar o desperdício de recursos (naturais e outros) derivado de padrões de consumo de alimentos que resultam em sobrepeso e obesidade, para não mencionar o maior volume de resíduos. Nessa segunda proposta fica mais evidente a referida conexão entre P&DA e sistemas alimentares sustentáveis. Mais do que as perdas e desperdício de alimentos, esse enfoque considera as perdas e desperdícios relacionados com os alimentos ou a alimentação.

Já quanto à diferenciação entre perdas e desperdício de alimentos, ela costuma ser feita com base nas etapas da cadeia alimentar em que ocorrem. Assim, as perdas são aquelas verificadas nos estágios iniciais da cadeia alimentar, basicamente, na colheita, na armazenagem, no transporte e na comercialização no atacado. Entre seus fatores determinantes, destacam-se carências de infraestrutura e tecnologias inadequadas. O desperdício, por sua vez, se refere às ocorrências nas etapas do varejo e no consumo dos alimentos. Neste caso, apontam-se fatores relacionados com as formas de distribuição dos alimentos e o comportamento dos consumidores.

Igualmente relevante neste debate é a diferenciação entre países no que se refere às formas e graus de manifestação das P&DA. Uma avaliação comum é a que atribui maior importância às perdas nos chamados países em desenvolvimento, enquanto que o desperdício seria um fenômeno mais próprio de sociedades afluentes. Esta avaliação é também objeto de algum

◆ ◆ ◆ ◆ ◆
“Ressentimo-nos de dados confiáveis que têm levado à proliferação de estimativas imprecisas”
 ◆ ◆ ◆ ◆ ◆

debate, em particular, quanto à presença de ambos os fenômenos nos países em desenvolvimento.

Sem dúvida, carecemos de uma visão integrada e sistêmica que tenha em conta não apenas os aspectos técnicos mais comumente mencionados, como também as dimensões socioeconômicas e ambientais que integram os determinantes e soluções possíveis para reduzir ambas as ocorrências. Desde a perspectiva mais técnica, as causas e possíveis soluções para as P&DA comumente apontadas se referem ao planejamento das safras, tecnologias pós-colheita, transporte, estocagem adequada e agregação de valor aos produtos primários. No entanto, é cada vez mais evidente a necessidade de mobilizar diferentes disciplinas, de modo a abordar os diferentes mecanismos e comportamentos geradores desses fenômenos. Agentes econômicos podem se encontrar entre os causadores de P&DA. Assim como aspectos culturais no âmbito domiciliar e local não devem ser subestimados.

Nessa direção, considero promissora a perspectiva de correlacionar P&DA com os sistemas alimentares, com vistas a identificar como sistemas alimentares insustentáveis em qualquer de seus componentes (produção, distribuição e consumo) contribuem para as perdas e desperdícios cuja redução, por sua vez, contribui para todas as dimensões da segurança alimentar e nutricional ao passo que promove sistemas alimentares sustentáveis.

A propósito, uma compreensão de senso comum que costuma induzir a erro é a que pretende estabelecer uma relação direta entre redução das P&DA e a redução da fome. Quando se diz que o grande volume de alimentos que se perde ou desperdiça seria mais do que suficiente para alimentar os famintos do mundo, cria-se a falsa expectativa de que se reduzindo as perdas ou o desperdício de uns, equaciona-se a fome de outros. Estes são fenômenos de natureza distinta que não se conectam de forma direta, quando se sabe que a condição de faminto resulta da incapacidade de acesso aos alimentos, e não da falta de bens.

Contudo, há duas relações diretas entre P&DA e fome, mas bem diferentes. Uma delas é o aproveitamento de alimentos em vias de ser desperdiçados para atender a populações carentes como o fazem os bancos de alimentos, atividade com vários e importantes significados, porém, com repercussão socioespacial limitada a sua esfera de abrangência. A segunda conexão

com repercussão mais geral e, talvez, mais significativa, é a contribuição da redução das P&DA para o aumento da disponibilidade de bens que, deste modo, atenuaria as pressões de demanda sobre os preços dos alimentos, portanto, favorecendo o acesso da população a eles.

Já quando se adota enfoque abrangente, interseccional e sistêmico da segurança alimentar e nutricional, outros e mais amplos aspectos entram em cena na abordagem de como a redução das P&DA diminui a insegurança alimentar e nutricional. Além do que já se mencionou desde a ótica da disponibilidade de bens e da promoção de sistemas alimentares sustentáveis, haveria de se acrescentar a perspectiva de que as P&DA podem implicar perdas na qualidade nutricional das dietas alimentares.

Ressalte-se a necessidade de acurada análise dos papéis desempenhados em ambas as direções, da geração e da redução das P&DA, pelos agentes econômicos e diferentes atores sociais, além do que se verifica no âmbito domiciliar, e também da parte dos governos.

Isso nos leva a um último e decisivo ponto, que são os desdobramentos inevitáveis deste tema no campo das políticas públicas em, pelo menos, dois sentidos. Um deles, nem sempre suficientemente destacado, é o fato de que os próprios programas públicos podem ser geradores (pela ação) ou legitimado-

res (por omissão) da ocorrência de P&DA. Basta citar os programas que apoiam o modelo agroalimentar predominante e a conformação de cadeias integradas nacional e internacionalmente, ou a quase ausência de regulação da publicidade de alimentos.

O segundo desdobramento se deve, naturalmente, ao fato de que programas públicos são indispensáveis para a redução das P&DA. A lógica econômica privada que predomina no sistema alimentar global (e no Brasil), bem como a ausência de ações educativas estão na raiz do problema que se quer enfrentar. A abordagem aqui proposta requer, desde logo, conceituação abrangente e multidimensional e, como decorrência, o desenho de instrumentos de ação variados que, de um lado, equacionem carências técnicas nas diversas etapas da cadeia alimentar. De outro lado, e em simultâneo, instrumentos que enfrentem os determinantes socioeconômicos, políticos, educacionais e culturais de um fenômeno que, em última instância, expressa modos de produzir, distribuir e consumir alimentos insustentáveis e danosos à saúde.

◆ ◆ ◆ ◆ ◆
“Programas públicos são indispensáveis para a redução das perdas e desperdícios de alimentos”
 ◆ ◆ ◆ ◆ ◆

Saiba mais sobre desperdício de alimentos

O tema Desperdício de Alimentos vem sendo tratado em diversos sites do mundo. Neles, encontramos informações que vão desde dados e imagens a vídeos. Conhecer mais sobre o tema ajuda a adotar práticas de consumo consciente e que evitem o desperdício.

O QUE ASSISTIR

Filmes e vídeos interessantes

- > *Living for America's waste*: www.divethefilm.com
- > *Foodwaste = moneywaste* (Youtube)
- > *Salvados con la comida no se juega* (Youtube)
- > *Video-animação – Os números da Comida – Galileu* (biblioteca do site www.ideiasnamesa.unb.br)
- > *Video para O Dia Mundial da Alimentação – Ecobenefícios* (biblioteca do site www.ideiasnamesa.unb.br)

ONDE CONSULTAR

Sites com o tema Desperdício de Alimentos

- > <http://www.cnph.embrapa.br/hortalicasnaweb/index.html> (Brasil)
- > www.bancodealimentos.org.br (Brasil)
- > <http://www.akatu.org.br/Temas/Alimentos/Nao-Desperdicio> (Brasil)
- > www.stopfoodwaste.ie (Irlanda)
- > www.stopspildafmad.dk (Dinamarca)
- > www.etenisomopteten.nl (Holanda)
- > <http://slangintematen.se> (Suécia)



Foto cedida pelo projeto

O QUE LER

Gourmet & Sustentável: publicação com receitas criativas, saborosas e sustentáveis. Traz preparações gourmets diversificadas, contribuindo para a mudança de cultura no preparo e na utilização dos alimentos. Autor: Ong Banco de Alimentos de São Paulo. R\$ 54,90.

Entre Cascas e Temperos: livro com receitas que ensinam o reaproveitamento integral dos alimentos. Com fotos e dicas. Autor: Ong Banco de Alimentos de São Paulo. R\$ 15,00.

Cartilha Mesa Brasil: Aproveitamento Integral dos Alimentos - Banco de Alimentos e Colheita Urbana. O conteúdo da publicação pode ser baixado no site do programa Mesa Brasil – (pdf no site www.sesc.com.br/mesabrasil)

Caderno Temático Akatu: A nutrição e o consumo consciente – (pdf na biblioteca do site www.ideiasnamesa.unb.br)

A Revista Ideias na Mesa é uma publicação periódica resultado da parceria entre o Observatório de Políticas de Segurança Alimentar e Nutrição da Universidade de Brasília (Opsan-UnB) e a Coordenação Geral de Educação Alimentar e Nutricional, Departamento de Estruturação e Integração de Sistemas Públicos Agroalimentares da Secretaria de Segurança Alimentar e Nutricional – Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome (CGEAN/ SESAN/MDS). Sua distribuição em formato impresso ou eletrônico é gratuita.

- ◆ Conselho editorial
- ◆ Elisabetta Recine, Janine Giuberti
- ◆ Coutinho, Michele Lessa de Oliveira, Patricia Chaves Gentil
- ◆ Projeto editorial, redação e edição
- ◆ Conchita Rocha (Reg.DRT 4609/87)
- ◆ Assistência editorial e pesquisa
- ◆ Luísete Bandeira, Luiza Torquato e Maína Pereira
- ◆ Revisão
- ◆ Joira Furquim
- ◆ Estagiárias
- ◆ Catherine Zilá e Stefany Lima

- ◆ Projeto gráfico e diagramação
- ◆ Estúdio Marujo
- ◆ Fotografia
- ◆ Luis Sardá
- ◆ Impressão
- ◆ Gráfica Brasil
- ◆ Tiragem
- ◆ 8 mil exemplares
- ◆ Contatos
- ◆ www.ideiasnamesa.unb.br
- ◆ twitter.com/ideias_na_mesa
- ◆ facebook.com/ideiasnamesa.ean

Para evitar o desperdício: O que fazer para não jogar comida fora?

COMO COMPRAR

Compra inteligente: planeje quais ingredientes serão usados nas suas refeições, faça listas, compre direto de produtores.

Compras semanais: para os alimentos não estragarem em sua despensa, evite fazer compras para o mês e faça compras semanais, levando para casa menos produtos. Tenha cuidado também com as promoções: antes de encher o carrinho, avalie se é possível consumir todos os produtos antes do vencimento do prazo de validade.

Compre a granel: em vez de comprar alimentos em embalagens padronizadas, experimente comprar somente a quantidade de que precisa. Diversas feiras e supermercado dão essa opção.

Frutas com aparência "não usual": muitos vegetais são descartados nos supermercados porque sua aparência ou cor não estão "adequados". Ao comprar esses alimentos em feiras livres e outros pontos de venda, você está contribuindo para a redução do desperdício.

COMO ESCOLHER

Saiba escolher: no caso de frutas, legumes e verduras, prefira sempre as da estação, que são mais frescas e por isso demoram mais a estragar.

COMO PREPARAR

Cardápio inteligente: na hora de preparar as refeições, planeje os pratos dando preferência aos alimentos que estão perto da data de vencimento.

Até o talo: os talos de algumas verduras, como: couve, agrião, beterraba, brócolis, couve-flor, e salsa, possuem fibras, vitaminas e minerais. Não deixe de aproveitá-los em recheios de tortas, patês, sopas, suflês ou em refogados. Além disso, você sabia que as folhas da cenoura podem substituir o uso da salsinha? Elas são muito parecidas em aspecto e sabor. Desfrute!

Bebidas: com cascas de fruta (maçã, laranja, goiaba e abacaxi) você pode preparar um maravilhoso chá e também um saboroso suco. Essas bebidas também podem ser aproveitadas para substituir ingredientes líquidos no preparo de bolos. Faça o teste!

Hortalças como aperitivo: você já experimentou assar cascas de batata, mandioquinha, nabo, cenoura ou beterraba? Ao deixá-las bem sequinhas, elas podem ser utilizadas como aperitivo saudável. A casca da laranja também pode ser caramelizada para ser servida com café ou usada em doces e biscoitos.

COMO ARMAZENAR

Geladeira arrumada: a organização é útil para ajudar a aproveitar tudo que tem na geladeira: higienize frutas, hortaliças e legumes antes de armazená-los (para evitar a proliferação de micro-organismos) e guarde os alimentos em potes bem fechados. Depois, organize os alimentos na geladeira e no armário de acordo com a data de validade – os que vão vencer antes ficam à frente, ao alcance das mãos.

Faça o alimento durar mais: vegetais, incluindo talos e folhas podem ser conservados por mais tempo quando utilizada a técnica do branqueamento: mergulhe os vegetais em água fervente, espere que a água volte a ferver, retire do fogo e mergulhe imediatamente esses vegetais em uma vasilha de água gelada. Não confunda o branqueamento com preparação definitiva. O vegetal branqueado não está pronto, mas apenas protegido para ser guardado por mais tempo.

Compreenda as datas de validade: a frase "consumir preferencialmente antes de" não significa que o produto não pode mais ser consumido. Avalie bem antes de descartar.

O que é o SISAN: Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional

O SISAN foi criado pela Lei Nº 11.346 de 15/9/2006 com o objetivo de articular programas e ações para a realização progressiva do Direito Humano à Alimentação Adequada. A Política e o Plano de SAN, com o detalhamento das diretrizes e metas de ação podem ser acessados respectivamente pelo link www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2010/decreto/d7272.htm e pelo pdf em www.mds.gov.br/segurancaalimentar/arquivos.

O SISAN, na esfera federal, é composto pela Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, pelo CONSEA e pela Câmara Interministerial de Segurança Alimentar. Em praticamente todos os estados brasileiros já estão instalados todas as instâncias do Sistema e estamos rumando para a implementação da esfera municipal. Os CONSEAs constituem a instância de participação e controle social. Conheça e participe do CONSEA do seu município!



Ministério do
Desenvolvimento Social
e Combate à Fome

