

REVISTA

# SUSTENTAREA



Imagens: Reprodução/Canva

ISSN 2675- 858X | Julho 2021 | Volume 5 | Número 3

## CAPA

Sindemia Global: a interação que desafia a saúde planetária | p. 11

## HISTÓRIA DE SUCESSO

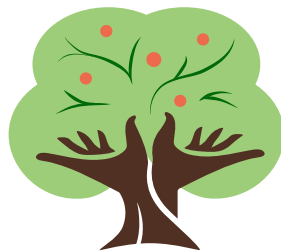
Comida é direito humano: gente é pra brilhar, não pra morrer de fome | p. 22

## DICA DO SUSTENTAREA

Como reduzir o consumo de alimentos ultraprocessados? | p. 20

## OPINIÃO

Cúpula Mundial de Sistemas Alimentares: o trem que vai na direção errada | p. 33



**sustentarea**

# **REVISTA SUSTENTAREA**

ISSN 2675-858X

Publicação trimestral do NACE Sustentarea

Julho 2021 | Volume 5 | Número 3

## **EDITOR**

Alisson Diego Machado

## **COORDENADORAS - SUSTENTAREA**

Aline Martins de Carvalho | Dirce Maria Lobo Marchioni

## **REVISÃO FINAL**

Aline Martins de Carvalho | Alisson Diego Machado | Dirce Maria Lobo Marchioni

## **COLABORADORES DESTA EDIÇÃO**

Ana Maria Bertolini | Beatriz Machado Martins | Deborah Rocha Fadul  
Flavia Schwartzman | Jacqueline Tereza da Silva | Jennifer Tanaka | Júlia Ciscato  
Mônica Rocha | Nadine Marques Nunes Galbes | Samantha Marques  
Shairra Garcia Albuquerque | Thifany Torres | Vanessa Costa Cançado Silva

---

### **ENDEREÇO**

NACE Sustentarea  
Departamento de Nutrição  
Faculdade de Saúde Pública da USP  
Avenida Dr. Arnaldo, 715, Pacaembu  
São Paulo-SP, CEP 01246-904

### **CONTATO**

sustentarea@usp.br  
www.fsp.usp.br/revistasustentarea  
@sustentarea

# Sindemia Global: do que estamos falando?

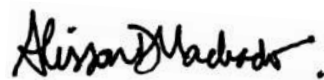
ALISSON DIEGO MACHADO

Apesar de ser um termo novo, a Sindemia Global diz respeito a condições que têm aumentado em prevalência e gravidade nas últimas décadas - as pandemias de desnutrição, obesidade e mudanças climáticas. Neste número apresentamos o significado do termo e qual é a sua relação com a insustentabilidade dos sistemas alimentares atuais, além de maneiras de enfrentar esse problema.

Para começar, apresentamos o papel da agricultura urbana na Segurança Alimentar e Nutricional. Você também vai encontrar uma entrevista com Hans Dieter Temp, o fundador da Cidades Sem Fome, uma organização não governamental que promove a agricultura sustentável na Zona Leste de São Paulo. Falando em projetos, trouxemos a história de sucesso da campanha “Gente é pra brilhar, não pra morrer de fome”, que surgiu como resposta à escalada da insegurança alimentar no Brasil.

Ainda, mostramos também a importância de ações individuais para o enfrentamento das três pandemias, seja pela redução do impacto ambiental das nossas escolhas alimentares, seja pela melhoria da alimentação do ponto de vista nutricional.

A Sindemia é um problema complexo e, portanto, seu enfrentamento é igualmente complexo, demandando esforço de toda a sociedade. Vamos juntos?



Alisson Diego Machado  
Editor



# REVISTA SUSTENTAREA

Julho 2021 | Volume 5 | Número 3



Imagem: Reprodução/Canva

**5** ALIMENTAÇÃO SUSTENTÁVEL  
O papel da agricultura urbana na  
Segurança Alimentar e Nutricional

**8** O QUE TEM DE NOVO?  
A adoção de uma alimentação  
saudável e sustentável custa mais  
caro?

**10** COMPARE  
Alimentos de origem animal e  
vegetal: o que as pegadas de carbono  
dizem sobre eles?

**11** CAPA  
Síndemia Global: a interação que  
desafia a saúde planetária



Imagem: Reprodução/Canva

**18** QUE ALIMENTO É ESSE?  
Pequi

**20** DICA DO SUSTENTAREA  
Como reduzir o consumo de  
alimentos ultraprocessados?

**22** HISTÓRIA DE SUCESSO  
Comida é direito humano: gente é  
pra brilhar, não pra morrer de fome

**26** IMAGEM

**27** ENTREVISTA  
Cidades Sem Fome: hortas urbanas  
em favor da cidadania



Imagem: Reprodução/Canva

**30** MULHERES NA SUSTENTABILIDADE  
Larissa Bombardi e o estudo sobre o  
impacto do uso de agrotóxicos

**32** PARA ASSISTIR  
Seaspiracy

**33** OPINIÃO  
Cúpula Mundial de Sistemas  
Alimentares: o trem que vai na  
direção errada



Imagem: Reprodução/Canva

**36** PARA CONHECER  
5 projetos que atuam no combate à  
fome

**37** CALENDÁRIO

**38** BIBLIOGRAFIA

**41** AUTORES

# O papel da agricultura urbana na Segurança Alimentar e Nutricional

SAMANTHA MARQUES, THIFANY TORRES E FLAVIA SCHWARTZMAN



Imagem: Reprodução/Canva

A Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) consiste na garantia do acesso a alimentos de forma regular, permanente, de qualidade e em quantidade adequadas, a partir de práticas alimentares que sejam ambiental, cultural, econômica e socialmente aceitáveis e sustentáveis, de forma a assegurar o Direito Humano à Alimentação Adequada.

No Brasil, a intensa vinda de pessoas do campo para a cidade e a rápida industrialização nas últimas décadas mudaram o perfil demográfico e alimentar da população urbana. A superpopulação das cidades tornou-se um fator de ameaça para a garantia da SAN, pois prejudicou o fornecimento adequado de alimentos e o cuidado com a natureza. A urbanização e a

crescente prevalência de insegurança alimentar pedem estratégias como o manejo ecológico dos recursos naturais por meio de ação social coletiva, capazes de promover a ampliação do acesso e melhoria da qualidade dos alimentos e dos hábitos alimentares, como é o caso da Agricultura Urbana e Periurbana (AUP).

A AUP refere-se à produção de alimentos dentro das cidades. É uma prática que relaciona produção, processamento, comercialização, distribuição e acesso a produtos agrícolas. Dentro dessa prática estão inseridas as hortas urbanas, também chamadas de hortas comunitárias, que são parcelas de terreno nos espaços urbano e periurbano, destinadas majoritariamente à produção de hortaliças, divididas em

unidades mínimas de cultivo, de pequena dimensão e cultivadas por pessoas ou grupos de pessoas que buscam produzir seus próprios alimentos. Elas garantem o acesso a alimentos de qualidade, tanto a partir dos alimentos produzidos na horta, quanto pela geração de renda que pode ser utilizada para a compra de outros mantimentos. Além disso, também incentivam práticas promotoras de saúde e que estimulam a autonomia das escolhas alimentares, o pertencimento social, a criação de laços com a comunidade ao redor e a sustentabilidade.

#### A AGRICULTURA URBANA NA CIDADE DE SÃO PAULO

São Paulo, a maior cidade do país, é um interessante local para incentivos de

políticas e pesquisas voltadas à AUP, pois possui alta concentração populacional, condições socioeconômicas variadas, relevante prevalência de pobreza e insegurança alimentar, e também interesse governamental, inclusive com iniciativas já implementadas. Em 2016, foi estabelecido o 1º Plano Municipal de Segurança Alimentar e Nutricional da cidade de São Paulo (PLASMAN), voltado para a melhoria do acesso social à alimentação saudável e ao combate da fome e da desnutrição, por meio do incentivo à agricultura sustentável.

Antes do PLASMAN, São Paulo já se destacava pela consolidação de hortas comunitárias autogestionadas pelos cidadãos, que utilizam redes sociais para organizarem práticas e intervenções de forma ativista, como por exemplo a Horta



Imagem: Flavia Schwartzman

Horta das Corujas, localizada na Vila Beatriz, São Paulo-SP.

das Corujas, a Horta do Ciclista, o Hortão da Casa Verde, dentre tantos outros espaços produtivos que surgiram na cidade e manifestam o desejo vívido do corpo civil pela participação na construção de uma cidade mais sustentável e com melhor qualidade de vida.

Um caso de AUP na cidade é a organização não governamental Cidades Sem Fome, que a partir da horticultura como ferramenta de inclusão realiza a integração social de grupos vulneráveis, contribuindo para a melhoria da

A Horta das Corujas foi co-fundada por Claudia Visoni, uma paulistana, jornalista e agricultora urbana que desde adolescente pesquisa assuntos ligados à ecologia e ao consumo. Ainda nesse caminho, Claudia articulou a fundação dos Hortelões Urbanos e da União de Hortas Comunitárias de São Paulo. Ela nos conta que, infelizmente, “no contexto da política, por enquanto... os governantes ainda não colocam a agricultura urbana como prioridade, nem diante da crise de insegurança alimentar que estamos vivendo”. Além disso, outros “desafios para

**"As dificuldades devem ser vistas como alavancas para a disseminação dos diversos efeitos positivos que uma horta urbana pode gerar para a saúde das pessoas e do planeta, bem como para a promoção da Segurança Alimentar e Nutricional".**

alimentação dessas pessoas. Na página 27 deste número você pode conferir uma entrevista com Hans Dieter Temp, o criador da Cidades Sem Fome.

Outros exemplos relevantes são a Horta da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, referência em plantas alimentícias não convencionais, e a já citada Horta das Corujas, localizada na Vila Beatriz, que se constitui em um espaço de 800 m<sup>2</sup>, aberto a todas e todos, que recebeu apoio do CADES (Conselho Regional de Meio Ambiente, Desenvolvimento Sustentável e Cultura de Paz) da subprefeitura de Pinheiros.

manter a horta são as poucas pessoas para trabalhar de verdade e muitas para se beneficiar da horta; o roubo de mudas e equipamentos, e o mau uso do espaço”.

Mas essas dificuldades não são impeditivos para a Horta das Corujas ou outras iniciativas de AUP deixarem de existir. Muito pelo contrário! As dificuldades devem ser vistas como alavancas para a disseminação dos diversos efeitos positivos que uma horta urbana pode gerar para a saúde das pessoas e do planeta, bem como para a promoção da SAN, temas que se tornam cada vez mais emergentes.



# A adoção de uma alimentação saudável e sustentável custa mais caro?

JÚLIA CISCATO E ALINE MARTINS DE CARVALHO

O impacto ambiental gerado pela cadeia produtiva de alimentos é um assunto que deve ser abordado em diversas esferas. No Brasil, a mudança do uso da terra (utilização do solo para uso da agricultura e pecuária) representa 44% da emissão de gases de efeito estufa (GEE), sendo a pecuária responsável por 70% da emissão agrícola, além de 15% da emissão total do país. É consenso que a redução do consumo de alimentos de origem animal, sobretudo carne vermelha, é uma medida que pode reduzir a emissão de GEE. Logo, uma maior ingestão de alimentos de origem vegetal e menor de produtos de origem animal, é característica de uma dieta sustentável.

De acordo com as quatro esferas definidas pela Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura, para considerarmos uma dieta saudável e sustentável ela deve ser nutricionalmente saudável, socioculturalmente aceitável, ambientalmente protetora e respeitosa com a biodiversidade e os ecossistemas, e economicamente acessível. Pensando nisso, e no impacto ambiental causado pela emissão de GEE oriunda da produção

de alimentos, recentemente foi publicado um artigo que teve como objetivo identificar quais mudanças na dieta seriam capazes, simultaneamente, de otimizar a alimentação e a emissão de GEE no Brasil, considerando também as preferências alimentares e o preço dos mantimentos em todo o país.

Para tanto, os autores utilizaram os dados de registros individuais do consumo de alimentos e bebidas da Pesquisa de Orçamentos Familiares. Além disso, foram consideradas recomendações nutricionais, preferências alimentares e redução da emissão de GEE em etapas de 10% para estimar essa dieta otimizada, descritas no quadro da página seguinte.

Os resultados da pesquisa mostraram que a mudança para uma dieta mais saudável, mesmo sem o objetivo de reduzir os GEE, causaria por si só uma redução de 10 a 27% na emissão de GEE. Quando analisado como ficaria o preço dessa dieta nutricionalmente mais saudável, foi observado que o valor seria maior, principalmente para pessoas de menor renda. Porém, quando otimiza-se essa dieta mais saudável com uma redução

## ÂMBITOS CONSIDERADOS PARA A OTIMIZAÇÃO DA DIETA

### ASPECTOS NUTRICIONAIS

- Recomendações nutricionais da Organização Mundial da Saúde para a redução do risco de doenças crônicas não transmissíveis

- Recomendações de ingestão de vitaminas e minerais do Instituto de Medicina dos Estados Unidos

### ACEITABILIDADE

- Mudanças estritas na dieta: o consumo poderia variar entre o percentil 5 e a média de ingestão observada para cada alimento ou grupos de alimentos

- Mudanças flexíveis na dieta: o consumo poderia variar entre zero e a média de ingestão observada para cada alimento ou grupos de alimentos

### EMISSÃO DE GASES DE EFEITO ESTUFA

- Redução na emissão de gases de efeito estufa em etapas de 10%

mais estrita de GEE, o preço dela tende a diminuir. Essa redução do custo foi associada à diminuição do consumo de carne vermelha e de alimentos ricos em gordura, açúcar e sal, que são 52% mais caros quando comparados ao custo médio por calorias dos demais itens.

Outro ponto interessante mostrado pelo estudo foi que uma redução de GEE maior que 30%, considerando as preferências alimentares da população, não seria alcançada sem uma redução drástica no consumo de carne vermelha, frango e alimentos ricos em gordura, açúcar e sal, sendo a redução de até 30% induzida apenas pelas mudanças do âmbito nutricional.

Assim, o estudo concluiu que tornar uma dieta mais saudável implicaria em um maior custo, que seria mitigado quando a dieta saudável fosse mais sustentável. Considerando-se as preferências alimentares, a emissão de GEE dessa dieta pode ser reduzida em até 30%. Já em dietas em que mudanças drásticas são aceitas, a redução pode chegar a até 70%, indicando que modificações nos hábitos alimentares são importantes para o meio ambiente.

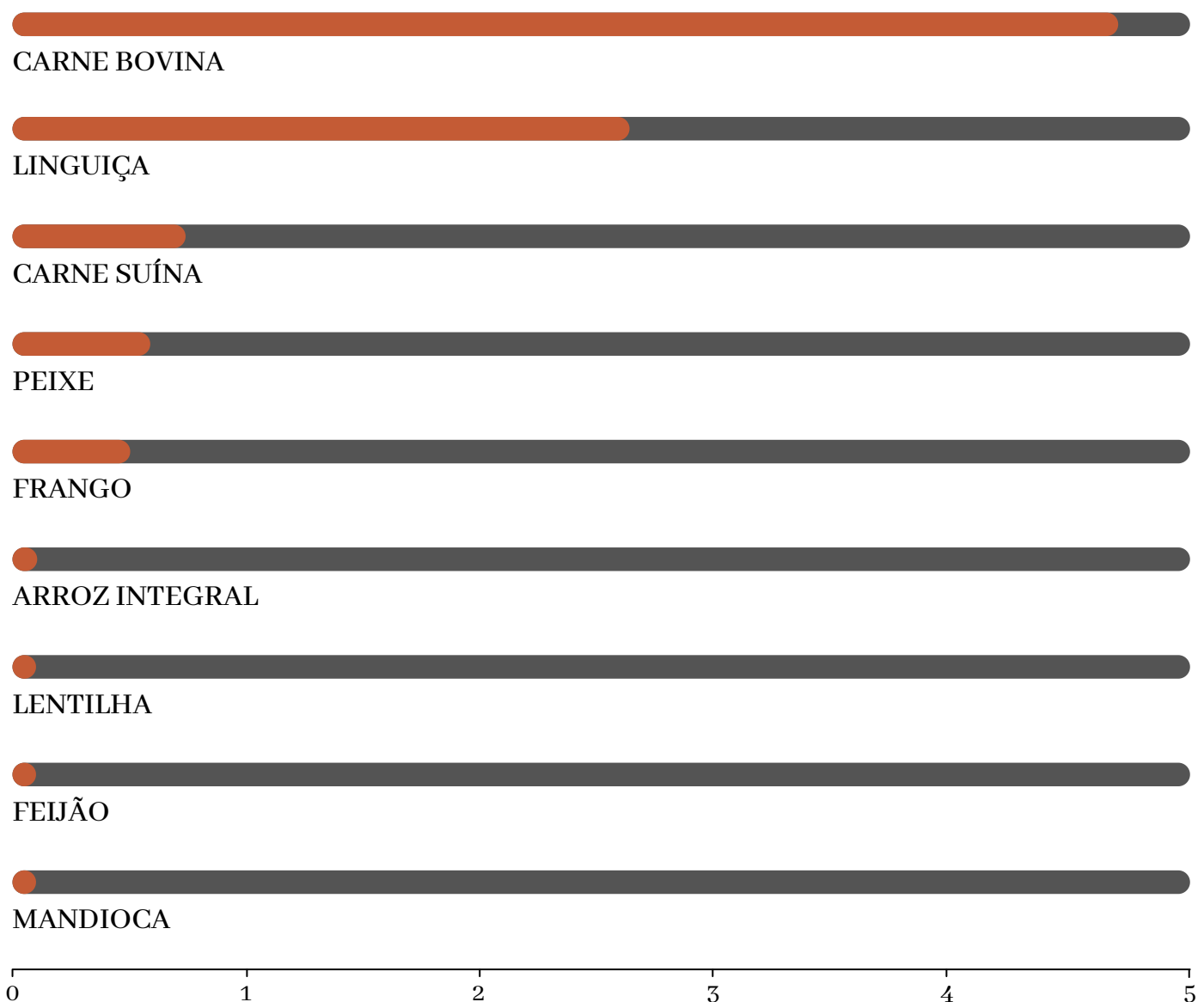
---

Verly Jr E, Carvalho AM, Marchioni DML, Darmon N. The cost of eating more sustainable diets: a nutritional and environmental diet optimisation study. *Glob Public Health*. 2021;no prelo.

# Alimentos de origem animal e vegetal: o que as pegadas de carbono dizem sobre eles?

BEATRIZ MACHADO MARTINS E JACQUELINE TEREZA DA SILVA

Você já parou para pensar como suas escolhas alimentares afetam o meio ambiente? Dentre os impactos causados pela produção de alimentos, a emissão de gases de efeito estufa (GEE) é uma das mais estudadas. A emissão de GEE, também chamada de pegada de carbono, é um importante indicador da quantidade total da emissão de gases poluentes gerados no ciclo de vida de um produto. Para ilustrar o impacto da dieta na pegada de carbono, comparamos a quantidade de gás carbônico (em kg) gerada na produção de alguns alimentos (por 100 g de alimento pronto para consumo). Confira abaixo:





## Sindemia Global: a interação que desafia a saúde planetária

DEBORAH ROCHA FADUL E ANA MARIA BERTOLINI

A exposição a desafios complexos é uma realidade não apenas para a nossa sociedade, mas também para formas de vida não humanas, o meio ambiente e a biodiversidade em geral. Um dos princi-

pais desafios da atualidade, que afeta a saúde humana e planetária, são as pandemias de obesidade, desnutrição e mudanças climáticas, que se constituem em uma Sindemia Global. Mas, afinal, o

que é uma sindemia? Quais os impactos dela para a saúde humana e planetária? Qual a relação existente com a pandemia de COVID-19? E quais são os principais obstáculos e ações para o seu enfrentamento?

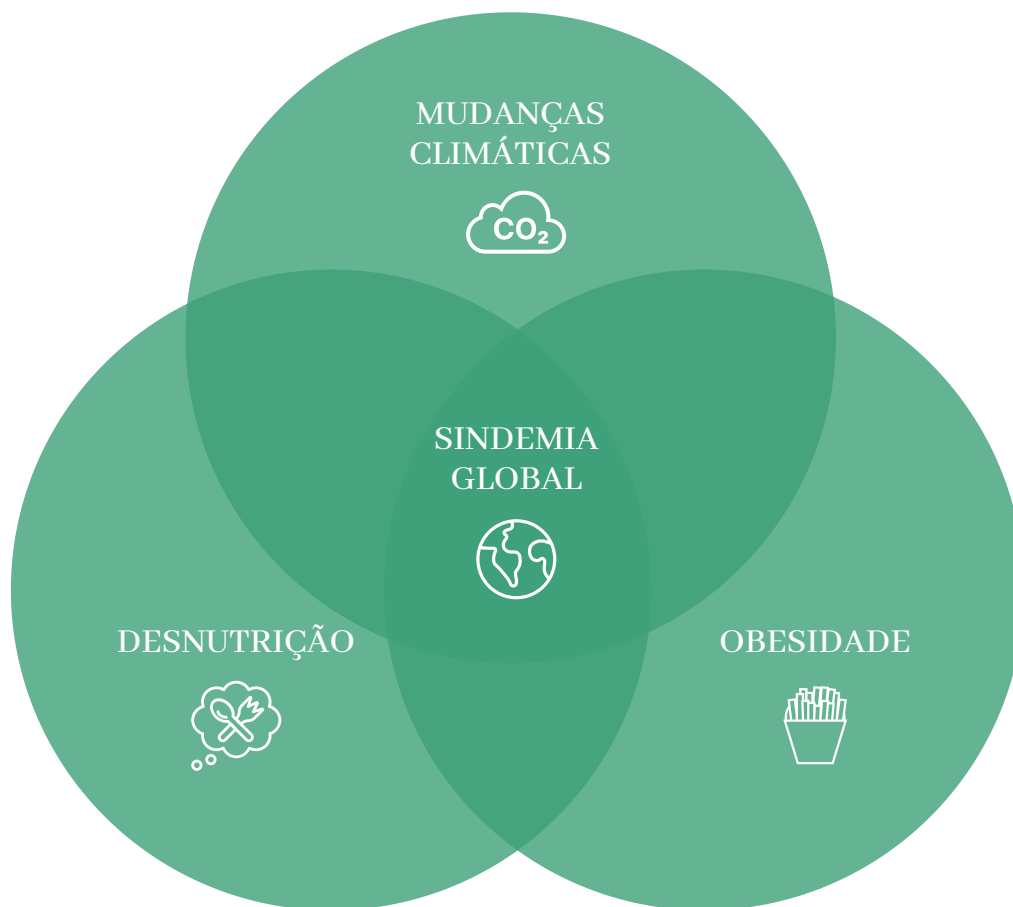
O termo sindemia é, na verdade, o neologismo entre as palavras sinergia e epidemia, e simboliza a interação entre duas ou mais condições de saúde. O termo ganhou grande repercussão após a publicação de inúmeros trabalhos sobre o tema, embora tenha aparecido pela primeira vez na década de 1990, em uma pesquisa conduzida por Merrill Singer. Nessa ocasião, Singer e outros pesquisadores estudaram o uso de drogas injetáveis em comunidades de baixa renda nos Estados Unidos e observaram que as consequências do uso dessas substâncias eram maiores naqueles que apresentavam doenças pré-existentes. Além disso, notaram que fatores externos, como pobreza e violência, também potencializavam as condições de saúde da população. Nesse sentido, deve-se levar em consideração as iniquidades sociais e econômicas na abordagem da sindemia, já que elas facilitam a interação entre as condições de saúde ou tornam a população mais vulnerável ao seu impacto.

A Sindemia Global de obesidade, desnutrição e mudanças climáticas não é diferente. Se antes esses problemas eram vistos como divergentes - no caso da desnutrição e da obesidade e suas relações com o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) - e

isoladas, elas passam a ser reconhecidas enquanto fenômenos sinérgicos que interagem de forma simultânea e compartilham determinantes sociais e ambientais comuns. As mudanças climáticas são reconhecidas como uma pandemia devido à sua natureza dinâmica, sua rápida ascensão e seu impacto catastrófico previsto sobre a saúde humana e planetária. Vincular a obesidade à desnutrição e às mudanças climáticas em uma única estrutura concentra a atenção na urgência, na escala dos problemas e enfatiza também a necessidade da adoção de soluções comuns visando acessar a raiz comum relativa às três pandemias: os sistemas de transporte, o uso e ocupação do solo, o desenho urbano e, sobretudo, a insustentabilidade dos sistemas alimentares atuais.

As pandemias de obesidade, desnutrição e mudanças climáticas atravessam todos os subsistemas e interagem mutuamente. A interação entre desnutrição e obesidade, por exemplo, pode ser observada entre ciclos da vida, uma vez que a desnutrição fetal e infantil são fatores de risco para a obesidade e suas consequências ao longo da vida. Já os efeitos das mudanças do clima na saúde, sobretudo a partir da ocorrência de eventos climáticos extremos, como ondas de calor e frio, seca e enchentes, serão observados sobretudo no aumento da fome e da desnutrição em populações vulneráveis, principalmente tendo em vista a redução da produção, falhas na colheita e aumento do preço dos alimentos. As interações entre mudanças

## CONSTITUINTES DA SINDEMIA GLOBAL



climáticas e obesidade ainda não são explícitas, contudo, sabe-se que a insegurança alimentar leve e moderada em populações vulneráveis está, paradoxalmente, relacionado à maior prevalência de sobrepeso e obesidade.

O referencial da sindemia destaca que o principal impulsionador das pandemias de obesidade, desnutrição e obesidade é a insustentabilidade dos sistemas alimentares atuais. Sistemas alimentares são as etapas que envolvem a produção, processamento, distribuição, preparo, consumo e descarte dos alimentos. No quadro da página 14 estão apontados os grandes prejuízos trazidos ao solo, tanto

pelo uso de agrotóxicos e fertilizantes, quanto pela monocultura em latifúndios e a grande produção de carne bovina. No processamento, os alimentos passam por diversas etapas que contribuem para perda nutricional, ao mesmo tempo em que há aumento da disponibilidade e consumo de alimentos ultraprocessados, que em geral são ricos em gorduras, açúcares e sal e contêm aditivos e conservantes. Na comercialização são apontados fatores como a desvalorização da agricultura familiar e dos circuitos curtos de comercialização, bem como a facilidade no acesso de alimentos ultraprocessados, ao passo em que há

## CARACTERÍSTICAS DE SISTEMAS ALIMENTARES INSUSTENTÁVEIS

### PRODUÇÃO

- Patronal
- Agricultura convencional baseada na monocultura
- Uso excessivo de recursos naturais, como água e solo
- Uso de transgênicos
- Uso indiscriminado de agrotóxicos e fertilizantes
- Perda de biodiversidade
- Criação intensiva de animais para consumo
- Perda de insumos e alimentos

### PROCESSAMENTO

- Alto grau de processamento
- Refinamento
- Perda de vitaminas e minerais
- Uso de aditivos alimentares e conservantes
- Perda de insumos e alimentos

### COMERCIALIZAÇÃO

- Cadeias longas de comercialização
- Longas distâncias percorridas
- Desvalorização dos produtos locais
- Valorização de grandes redes varejistas
- Preços elevados
- Perdas de alimentos

### CONSUMO

- Hábitos alimentares e culturais insustentáveis
- Baixa procura e acesso a alimentos sustentáveis
- Elevado consumo de ultraprocessados e fast foods
- Desperdício de alimentos

dificuldade no acesso a frutas, legumes e verduras, por exemplo. Além disso, os sistemas alimentares atuais demandam a utilização intensiva de recursos naturais, com intensos impactos sobre o meio ambiente.

Diante desse cenário insustentável e reconhecendo a urgência de ações globais para acessar a má nutrição, foi posto em debate, durante a II Conferência Internacional de Nutrição, realizada em 2014, uma resolução denominada “Década de ação pela nutrição”, com seis metas prioritárias no campo da nutrição até 2025, com enfoque na nutrição materno-infantil, nas DCNT relacionadas com a má alimentação e, sobretudo, no fornecimento de uma alimentação saudável, sustentável e acessível para todos. Todavia, a progressão das metas estabelecidas tem ocorrido de forma bastante lenta, considerando condições de vulnerabilidade social, especialmente durante a pandemia de COVID-19.

A pandemia de COVID-19 é um problema maior do que aparenta. Na conceituada revista *The Lancet*, o pesquisador Richard Horton chama atenção para a interação entre a infecção causada pelo vírus SARS-CoV-2 e a existência de comorbidades pré-existentes, como diabetes, hipertensão, obesidade e condições cardiorrespiratórias. No plano individual, por exemplo, a existência de outra comorbidade piora o prognóstico e aumenta as chances de complicações. Essas interações, em conjunto com iniquidades socioeconômicas enraizadas na sociedade, afetam

desproporcionalmente grupos sociais e contribuem para amplificar as externalidades negativas da COVID-19. Esses fatores corroboram o entendimento de que a pandemia de COVID-19 é, na verdade, uma sindemia.

Legitimar a COVID-19 como uma sindemia demonstra a necessidade de ações amplas para o seu enfrentamento. Na mesma medida em que são necessárias ações individuais e coletivas de higiene das mãos, distanciamento social e imunização, a prevalência de doenças crônicas e a amplificação da desigualdade econômica e suas relações com temas como trabalho, moradia, educação, produção de alimentos e meio ambiente devem ser consideradas.

No Brasil, os impactos da COVID-19 se somam aos obstáculos para o enfrentamento da sindemia. A pandemia contribuiu para o aumento da insegurança alimentar, desigualdade e exclusão social. O Inquérito Nacional sobre Insegurança Alimentar no âmbito da COVID-19 trouxe dados alarmantes a respeito do aumento da fome no Brasil: entre 2018 e 2020, o número de brasileiros em situação de insegurança alimentar grave quase dobrou, saltando de 10,3 milhões para 19,1 milhões de pessoas, que corresponde a cerca de 9% da população brasileira. Ao mesmo tempo, cresce o número de pessoas com sobrepeso, obesidade e DCNT.

A continuidade da sindemia global é resultado da dificuldade na implementação de ações necessárias ao seu enfrentamento. Entre as causas estão,



sobretudo, a política e a economia. As lideranças políticas dos países relutam em implementar medidas eficazes para combater as pandemias, uma vez que há forte oposição motivada por interesses comerciais de grandes empresas que orientam o modelo do sistema agro-alimentar atual, além da falta de ação efetiva da sociedade civil no apelo por mudanças.

É imprescindível o enfrentamento das três pandemias e seus determinantes comuns. Embora recomendações para a redução das prevalências de obesidade e desnutrição possam ter impacto positivo na mitigação e adaptação às mudanças do clima (e vice-versa), o enfrentamento da sindemia global demanda uma ação mais ampla, acessando fatores sociais, socio-econômicos, políticos e comerciais. Dessa necessidade surgem as ações de trabalho duplo ou triplo, cuja finalidade é influenciar múltiplas partes da sindemia em uma única intervenção. Um exemplo é a elaboração e posterior divulgação de [guias alimentares](#) que orientem escolhas alimentares mais saudáveis e sustentáveis. Por meio dos guias, a promoção de escolhas mais saudáveis e benéficas à saúde auxiliam na prevenção da obesidade e de DCNT. No que diz respeito à desnutrição, eles podem conscientizar a população sobre a importância do aleitamento materno para a prevenção de deficiências nutricionais e na escolha de alimentos mais nutritivos e saudáveis. Por fim, os guias atuam nas mudanças climáticas por promoverem a redução da

demanda de opções alimentares menos sustentáveis, como os alimentos de origem animal.

Outra ação de trabalho triplo são as convenções-quadro sobre os sistemas alimentares, com a implementação de políticas que os tornem mais saudáveis, equitativos, sustentáveis e economicamente prósperos. A implementação dessas políticas contribui para a criação de ambientes alimentares mais saudáveis e podem reduzir a prevalência de obesidade e DCNT. As políticas voltadas à redução da pobreza e das desigualdades sociais subsidiam a garantia da segurança alimentar e nutricional, mitigando a má nutrição em todas as suas formas. Essas políticas também têm impacto nas



Segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira, considerado o mais abrangente do mundo em relação à sustentabilidade

mudanças do clima, contribuindo para redução da emissão de gases de efeito estufa provenientes da produção de alimentos, sobretudo daqueles de origem animal.

O relatório elaborado e publicado em 2019 pela Comissão *Lancet*, composta por pesquisadores de todo o mundo, aponta que respostas efetivas às pandemias de obesidade, desnutrição e mudanças climáticas devem ser norteadas por pelo menos seis princípios: (1) fortalecer a implementação de recomendações já

sindemia, incluindo o fortalecimento da governança de agências internacionais e de governos municipais e o engajamento da sociedade civil, reivindicando ações políticas em todos os níveis de governo.

É importante levarmos em consideração que a efetivação dessas ações é politicamente difícil e que seus resultados ainda são incertos, se comparados com ações já implementadas anteriormente, como programas de promoção da saúde. Contudo, o desafio imposto pelas pandemias de desnutrição, obesidade e

**"Ações em âmbito global, nacional e local são grandes aliadas no enfrentamento da sindemia, incluindo o fortalecimento da governança de agências internacionais e de governos municipais e o engajamento da sociedade civil, reivindicando ações políticas em todos os níveis de governo".**

existentes para o enfrentamento das pandemias; (2) ser de natureza sistêmica; (3) pôr em foco a inércia política, de forma a direcionar os principais fatores da sindemia global; (4) criar sinergias entre diferentes movimentos da sociedade civil; (5) produzir múltiplos benefícios por meio das ações de trabalho duplo e triplo, e (6) enfrentar as iniquidades sociais, como a pobreza e a falta de acesso à educação e saúde de qualidade, para melhorar as condições de populações desfavorecidas. Ações em âmbito global, nacional e local são grandes aliadas no enfrentamento da

mudanças climáticas demanda, necessariamente, a adoção de mudanças sistêmicas transformadoras. Assim, ações no plano individual, como mudanças no estilo de vida, devem ser acompanhadas de políticas públicas de incentivo à agricultura sustentável, garantia do acesso a alimentos seguros e nutritivos para todas as pessoas e de estímulo à educação para o desenvolvimento sustentável. Ainda, o monitoramento dessas políticas e dos principais determinantes da sindemia são fundamentais para que o seu enfrentamento possa ser bem-sucedido.

# Pequi

VANESSA COSTA CANÇADO SILVA E MÔNICA ROCHA



Imagem: Reprodução/Canva

O pequi é um fruto do Cerrado, a mais rica savana do mundo em biodiversidade. Conhecido pelo sabor e aroma marcantes, pela polpa amarela intensa e por ter caroços com inúmeros espinhos finos, o pequi está maduro quando sua casca verde amolece. A origem do nome vem do tupi *py*, que significa pele, e *qui*, espinho.

Os pequizeiros são árvores frondosas, que podem atingir até doze metros de altura, e possuem um ciclo de vida de aproximadamente cinquenta anos. A floração ocorre normalmente entre os meses de setembro e novembro, enquanto a frutificação acontece de outubro a fevereiro.

A principal espécie de pequi encontrada no Cerrado é a *Caryocar brasiliense* Cambess, mas o Inventário Florestal Nacional registrou outras duas espécies,

*Caryocar brasiliense* Cambess subsp. *brasiliense* e *Caryocar brasiliense* subsp. *intermedium* (Wittm.)

O fruto é versátil e possui diversos usos. Tanto a polpa amarela quanto a amêndoa, localizada abaixo dos espinhos, são comestíveis. Na culinária, um dos pratos mais conhecidos é o arroz com pequi, sendo que o fruto também é bastante utilizado na produção de óleo, doces, sorvetes e licores. A polpa (mesocarpo interno) tem sabor adocicado e deve ser roída com cuidado por causa dos espinhos. Durante a entressafra, a polpa pode ser encontrada congelada, conservada em salmoura ácida ou desidratada.

O óleo e o licor podem ser produzidos a partir da polpa ou da amêndoa do pequi, criando diferentes sabores, pois a amêndoa possui um gosto mais suave e

delicado. Para retirar a amêndoa é preciso partir o caroço com a ajuda de um martelo e verificar se não ficou nenhum espinho aderido. Elas são comercializadas já prontas para consumo, torradas e crocantes. A amêndoa do pequi pode substituir outras oleaginosas em pastas, pralinés, biscoitos, tortas e chocolates.

A versatilidade do pequi também se dá pelas possibilidades de uso medicinal e geração de diversos produtos, como cosméticos, corantes, adubo orgânico e alimentação animal. O pequi tem grande importância socio-cultural e é fonte de renda para muitas comunidades que habitam o Cerrado. Apesar de proibições legais que impedem o corte da árvore e a comércio de sua madeira, a espécie sofre ameaças com a expansão de monoculturas. O

plantio de soja e eucalipto, a formação de pastagens para criação de gado, bem como o extrativismo intensivo, colocam em risco a conservação do pequizeiro e de toda a flora e fauna nativa.

Comumente, grandes áreas do Cerrado são desmatadas, restando somente as árvores do pequi em função da proibição do corte. Contudo, é necessário considerar a existência e a preservação das espécies a partir do seu meio e da interação com

outros organismos. Quando determinada área é desmatada, restando somente o pequizeiro, essa árvore fica mais suscetível ao ataque de pragas, como ocorre atualmente no norte de Minas Gerais com o caso da broca do pequi. O fenômeno é recente e pode provocar danos à produção, destruindo todo o interior dos frutos, que se tornam impróprios para consumo.

O crescimento das mudas é lento, mas o pequizeiro também pode ser cultivado para recomposição ambiental e proteção

de nascentes. Em geral, menos da metade dos caroços germina, o que pode demorar mais de um ano. A produção do pequi se inicia a partir do quarto ano após o plantio.

Como recomendação de boas práticas, devem ser coletados apenas os frutos caídos naturalmente e que es-

tejam sadios. Cerca de dois terços dos frutos produzidos pelos pequizeiros devem permanecer nas áreas de coleta, para germinação e também alimentação dos animais nativos. O amadurecimento do fruto fica completo depois de três dias da queda natural, quando tem maior quantidade de vitaminas e proteínas.

Agora que você conhece o pequi, que tal experimentar esse fruto tão versátil em alguma preparação?



Arroz com pequi

# Como reduzir o consumo de alimentos ultraprocessados?

SHAIRRA GARCIA ALBUQUERQUE E ALISSON DIEGO MACHADO

Alimentos ultraprocessados são, de maneira geral, formulações que contêm uma quantidade expressiva de ingredientes e aditivos alimentares, como corantes, aromatizantes, emulsificantes e conservantes. Além disso, para a sua produção são empregadas diversas técnicas industriais, como hidrólise, hidrogenação e interesterificação. Como resultado, obtêm-se produtos com longa vida de prateleira e de grande palatabilidade, mas usualmente ricos em açúcares, gorduras saturadas e sal. Alguns exemplos de alimentos ultraprocessados são embutidos, como salsicha, linguiça e presunto; salgadinhos; bolachas em geral; bolos prontos; doces, como bala, chiclete, chocolate e sorvete; bebidas açucaradas, como refrigerante, néctar de fruta e refresco em pó; e fast foods, como pizza, cachorro-quente e hambúrguer.

Esse tipo de alimento pode ser considerado de baixo valor nutricional, uma vez que são pobres em proteínas, fibras, vitaminas e minerais. Ainda, são densamente energéticos, pois possuem uma grande quantidade de calorias por porção. Devido a essas características,

diversos estudos têm apontado a relação entre o consumo de ultraprocessados e maior risco de obesidade e doenças crônicas não transmissíveis, como câncer, diabetes e doenças cardiovasculares.

De acordo com os dados da Pesquisa Nacional de Saúde de 2019, 14,3% dos brasileiros de 18 anos ou mais consumiam cinco ou mais grupos de alimentos ultraprocessados regularmente, sendo esse percentual maior nas áreas urbanas (15,4%). Por outro lado, a mesma pesquisa aponta que o consumo recomendado de frutas, legumes e verduras foi alcançado por apenas 13,0% da população adulta.

Considerando a participação significativa de ultraprocessados na dieta brasileira e seu impacto na saúde, estratégias que visem a redução de sua ingestão devem ser estimuladas. É importante levarmos em consideração que a diminuição do consumo de ultraprocessados também traz benefícios ao meio ambiente, uma vez que esses produtos estão quase sempre embalados em plástico. O caminho percorrido das indústrias ao consumidor deve ser igualmente considerado, pois há utilização

## DICAS PARA REDUZIR O CONSUMO DE ULTRAPROCESSADOS

1

**COZINHE MAIS:** muitas vezes, os ultraprocessados são consumidos por serem mais práticos. Uma ótima estratégia para reduzir o consumo desse tipo de produto é cozinhar, pois assim a ingestão de alimentos in natura, como cereais, leguminosas, frutas, legumes e verduras é aumentada. Sabemos que cozinhar demanda tempo, por isso as próximas dicas podem te ajudar a otimizar essa atividade.

2

**PLANEJE SUAS COMPRAS:** planejar as compras é uma boa estratégia para reduzir o consumo de ultraprocessados, pois assim é possível fazer escolhas mais conscientes. Fazer o planejamento dos itens também faz com que você possa ter sempre alimentos saudáveis à sua disposição.

3

**DEIXE ALGUNS ALIMENTOS PRÉ-PREPARADOS:** cozinhar pode demandar um tempo que nem sempre temos, mas isso pode ficar mais fácil se você deixar alguns alimentos pré-preparados. Por exemplo, frutas, legumes e verduras podem ser higienizados de uma única vez e mantidos na geladeira. Você pode deixar algumas frutas já picadas ou mesmo cozinhar certa quantidade de alimentos de uma única vez. Isso funciona muito bem para cereais, leguminosas e legumes.

4

**SUBSTITUA ULTRAPROCESSADOS POR ALIMENTOS IN NATURA:** ultraprocessados podem ser facilmente substituídos por preparações feitas a partir de alimentos in natura. Patês de legumes e queijo podem ser consumidos no lugar de patês prontos, por exemplo. Bebidas açucaradas podem ser substituídas por chás caseiros; salgadinhos e bolachas podem dar lugar a frutas, castanhas e pipoca caseira.

de recursos naturais e emissão de gases de efeito estufa durante esse percurso.

Pensando nisso, acima elencamos dicas que podem te ajudar a reduzir o consumo de ultraprocessados e a fazer escolhas alimentares cada vez mais conscientes e sustentáveis. É importante salientar que você não precisa abolir a ingestão de

ultraprocessados de uma única vez. Mudanças nos hábitos alimentares demandam tempo e disciplina, então é natural que esse processo ocorra de maneira gradativa. Pequenas modificações são bem-vindas e certamente terão impacto positivo na sua saúde e também na do planeta.

# Comida é direito humano: gente é pra brilhar, não pra morrer de fome

BEATRIZ MACHADO MARTINS E NADINE MARQUES NUNES GALBES



Imagem: Reprodução/Facebook/Gente é pra brilhar

Como já dizia o célebre Josué de Castro, a fome possui um caráter político, fruto da grande desigualdade social existente na sociedade. No Brasil, a fome pode ser considerada como um problema estrutural, visto que se faz presente desde a formação do país como o conhecemos hoje. No entanto, apesar de grandes conquistas em direção ao combate deste grave problema, dados mais recentes evidenciam um enorme retrocesso. Temos observado o desmonte de políticas de combate à fome e a extinção de importantes órgãos de fiscalização e participação social, além do retorno do Brasil ao Mapa da Fome da Organização das Nações Unidas (ONU), publicação que sinaliza os países nos quais mais de

5% da população se encontra em insegurança alimentar grave.

A falta de acesso a alimentos de qualidade e em quantidade suficiente já vinha crescendo e tomou maiores proporções com o advento da pandemia de COVID-19 no Brasil. Segundo uma pesquisa realizada em 2020 e divulgada pela Rede Brasileira de Pesquisa em Soberania e Segurança Alimentar em abril deste ano, cerca de 19 milhões de brasileiros estão passando fome no país, o que corresponde a cerca de 9% da população. Os números são preocupantes e a necessidade de agir é urgente. Contudo, e especialmente por conta da ausência da atuação do Estado frente a este problema, a resposta surge nas ruas, e assistimos à resistente

atuação dos movimentos sociais se encarregando de tarefas que, na realidade, são do poder público.

Um exemplo potente foi a campanha “Gente é pra brilhar, não pra morrer de fome”, realizada em outubro de 2020 pelo coletivo Banquetaço. Formado pela sociedade civil organizada, o grupo se articula em defesa do Direito Humano à Alimentação Adequada. Com uma estratégia nada convencional, o coletivo promove banquetes públicos, nos quais a comensalidade se torna uma importante ferramenta de sensibilização da sociedade sobre questões políticas e alimentares atuais, evidenciando que o comer é, e deve ser cada vez mais, um ato político.

Para entender melhor toda a potencialidade desse grupo e a sua atuação mais recente durante a pandemia, neste número o Sustentarea teve o prazer de conversar com três integrantes que compõem o movimento e atuam em diversas frentes de militância do ativismo alimentar. São eles André Luzzi, que é ativista alimentar, internacionalista, mestre em História Social e doutor em Ciências, e integra a Conferência Popular por Soberania Alimentar e Nutricional e o Mecanismo da Sociedade Civil e o dos Povos Indígenas; Bianca Lima, que é produtora cultural, ativista e faz parte da equipe de gestão da Xepa Ativismo, Casas Coletivas, Mídia Ninja e Rede Fora do Eixo; e Fabiana Sanches, que é culinária, pesquisadora, educadora ambiental, articuladora de redes e movimentos na defesa da alimentação saudável e susten-

tável e colabora também com o Conselho Municipal de Segurança Alimentar e Nutricional de São Paulo, Movimento Urbano de Agroecologia de São Paulo, Slow Food Brasil e Serviço Franciscano de Solidariedade.

Essa diversidade de frentes de atuação entre os integrantes do movimento revela uma das principais características do coletivo: a sua composição plural e diversa. Como ressalta Fabiana, o Banquetaço surgiu como uma teia que juntou a militância do Movimento Slow Food com os cozinheiros ativistas. Após esse encontro, realizado em São Paulo em 2017, ocorreu o primeiro Banquetaço em defesa da alimentação de verdade e contra a farinata proposta pelo então prefeito da cidade, João Dória. Naquele momento, segundo André, o coletivo nasceu como uma resposta, uma ação direta de resistência para gerar visibilidade pública por meio da comensalidade.

Nesses anos de caminhada, o grupo já realizou mais de sete ações em várias cidades do país, e em cada rodada surge a união com outros movimentos e novos membros passam a compor o coletivo, transformando o Banquetaço em uma espécie de coletivo de coletivos. Fabiana reconhece a importância dessas redes: “essa trajetória de encontros e coligações é muito bonita. Eu acho que não existe Banquetaço sem esses arranjos, encontros e coligações.” E, quando se trata da fome, é importante reconhecer que este tema perpassa todos os movimentos, tornando a união de forças fundamental e potente.



André destaca uma visão que serve de força motriz do coletivo: a necessidade de compreender os direitos humanos de forma integrada. “A violência tem sido um grande fator de produção da fome e de má alimentação, e a sobreposição das diversas violências existentes no Brasil cria inúmeras epidemias”, reflete André. Nesse sentido, ele ressalta que o conceito de sindemia global, proposto pelo relatório da comissão de obesidade do The Lancet e aprofundado ao longo deste número da revista, precisaria ser ampliado a fim de contemplar também as múltiplas violências como fatores de risco para a insegurança alimentar.

Essas violências e desigualdades existentes no país foram ainda mais acentuadas com a pandemia de COVID-19. Em um cenário concomitante de crises sanitária, política e econômica, ações emergenciais

tornaram-se necessárias. Foi aí que aflorou a campanha “Gente é pra brilhar, não pra morrer de fome”, inspirada na canção “Gente”, de Caetano Veloso. A campanha aconteceu na Semana Mundial da Alimentação, entre os dias 12 e 16 de outubro de 2020, durante a qual foram realizados diversos webinários e debates com o intuito de ressoar a discussão sobre a problemática da fome no país. A campanha se encerrou no sábado e domingo daquela semana, com o que o coletivo chama de marmitaço, que consistiu na distribuição de marmitas em diversos locais.

A iniciativa contou com a participação de mais de cem coletivos, organizações da sociedade civil e importantes nomes da área da alimentação, entre pesquisadores, chefes e artistas. André pontua que um aspecto positivo da campanha foi a possibilidade de convergir diferentes estratégias de luta, tendo como plano de fundo a solidariedade. O trabalho em conjunto e o sentimento de coletivo também foram aspectos destacados por Bianca, uma vez a ação transformou lutas segmentadas em uma pauta única. Nossos entrevistados destacam ainda a capacidade que a campanha teve de sensibilizar a sociedade como um todo, não só aqueles que já faziam parte dos movimentos sociais. Para tanto, a comunicação foi uma das grandes aliadas. Assim, utilizando-se de uma linguagem didática, direta e acessível, foi possível difundir os conteúdos rapidamente nas redes sociais.



Imagem: Reprodução/Instagram/@gente-pra-brilhar

Marmitaço que serviu 600 refeições na Vila Leopoldina, São Paulo-SP.



Imagem: Reprodução/Instagram/@gente.prabilhar

Marmitaço que distribuiu 250 refeições na Aldeia Indígena Bororó, localizada em Dourados-MS

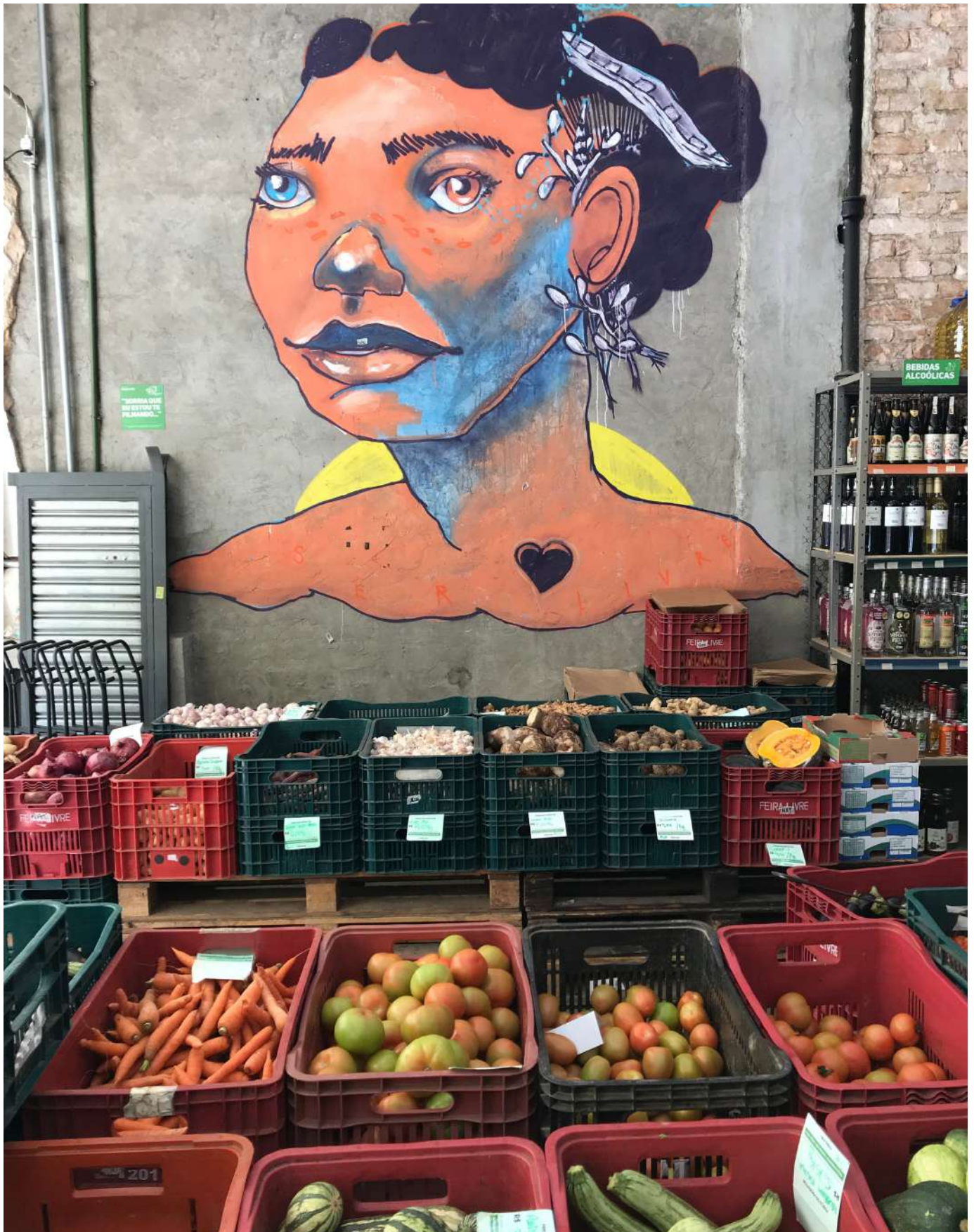
Uma das particularidades da ação foi o seu propósito de trazer um olhar positivo à luta, “trazer esperança no meio do caos”, conta Bianca. E foi justamente a busca pela valorização da vida de cada pessoa que inspirou a campanha. Segundo ela, “a gente é pra brilhar e não pra morrer de fome, a gente não tinha outra forma de colocar que não fosse uma tentativa de ver as pessoas brilhando”. Marcada pela cor amarela e por imagens de pessoas e alimentos típicos de diferentes regiões do país, o logo da campanha foi capaz de transmitir essa alegria e sentimento de esperança.

Como Fabiana compartilhou conosco, a maior vocação do coletivo seria justamente movimentar, animar o campo de lutas sociais, transformando a

indignação em novas alternativas de combate à fome. O que os organizadores não esperavam era a proporção que a campanha tomaria: o seminário batizado de Conexões Alimentares promoveu mais de vinte atividades, durante as quais foi dado espaço para pessoas das cinco regiões do país compartilharem ferramentas de enfrentamento da fome durante a pandemia. As atrações contaram, ainda, com ramificações internacionais por meio de rodas de conversas com mulheres latino-americanas. No final de semana, mais de setenta municípios de todo o Brasil se cadastraram para o marmitaço, com o apoio de cozinheiros, restaurantes e organizações da sociedade civil.

Agora, depois de mostrar a importância de olhar para a fome, o grupo pretende se estruturar internamente, a fim de formar novos ativistas e pesquisar ferramentas para que as próximas campanhas sejam ainda maiores e mais potentes. Até porque a luta pelo reconhecimento e concretização dos direitos humanos, como a alimentação adequada, não tem fim. Neste sentido, todos somos chamados a atuar e reconhecer a importância de exercer nossa cidadania, seja por meio da ação direta ou pela cobrança e vigilância de ações por parte de nossos representantes políticos.

Para quem se interessar pelo trabalho realizado pelo Banquetaço, os ativistas afirmam que o coletivo é aberto a todas e todos. Caso você queira conhecer mais sobre a campanha, acesse a conta no Instagram @gente.prabilhar ou o canal no YouTube CampanhaGenteprabilhar.



Comprar alimentos provenientes da agricultura familiar é uma ação considerada sustentável, pois assim são estimulados circuitos curtos de comercialização, ou seja, o alimento percorre uma menor distância entre o produtor e o consumidor final. Na foto, o Instituto Feira Livre, localizado no centro de São Paulo-SP. (Imagem: Alisson Diego Machado)

# Cidades Sem Fome:

## hortas urbanas em favor da cidadania

SAMANTHA MARQUES, THIFANY TORRES E FLAVIA SCHWARTZMAN

Neste número, entrevistamos Hans Dieter Temp, criador da organização não governamental (ONG) Cidades Sem Fome, que atua na Zona Leste de São Paulo desenvolvendo projetos de agricultura sustentável.

Hans, o que te motivou a fundar a organização?

A motivação veio de uma especialização que eu fiz na Alemanha em Agropecuária e Políticas Ambientais entre 1993 e 1996. Lá, vemos aquelas cidades super bonitas e imaginamos que o poder público trabalha super bem. Mas quando você mora lá, percebe que não é o poder público e sim a sociedade civil organizada que tem muita força e poder de transformar as coisas. O aproveitamento dos espaços urbanos de lá também me sensibilizou; eles têm territórios muito pequenos e aproveitam cada metro quadrado. É um país que não tem problema nenhum de insegurança alimentar e ainda está na cultura deles

o plantio. É uma herança pós-guerra. Então, eu comecei a pensar: se aqui na Alemanha plantam tanto, por que não podemos fazer isso no Brasil? Nós temos tanto território, um clima maravilhoso, podemos produzir o ano todo. A inspiração foi mais ou menos essa. Mesmo dentro do cenário de desemprego, de insegurança alimentar e de fome, apro-

veitar as potencialidades que o país e a cidade de São Paulo oferecem para desenvolver um projeto de inclusão social.

Como é a dinâmica da ONG sem pensar no contexto da pandemia?

A Cidades Sem Fome é baseada em um tripé de metas. O primeiro é assegurar, de forma legal, o uso do espaço urbano. Há vários donos do espaço urbano, como as concessionárias de energia e as construtoras. Então, a gente tem que negociar com esses donos para legitimar o uso dos espaços na modalidade de comodato oneroso, em que eles dão a autorização para a utilização com suas



Hans Dieter Temp

Imagem: Samantha Marques

devidas normatizações. O segundo componente é procurar os recursos. Aqui, saímos um pouco de tentar o poder público e focamos na iniciativa privada, e também captamos muitos recursos do exterior, porque no Brasil as leis de incentivos fiscais são extremamente complexas e oferecem poucas vantagens para quem investe e patrocina. O terceiro ponto é a implantação do projeto, trabalhar com a comunidade local. Aqui, temos um padrão de implantação: começamos com a seleção dos beneficiários, que são as pessoas que vão trabalhar na horta, tentando ajudar as pessoas que mais precisam. Depois, capacitamos essas pessoas na produção de hortaliças, ensinando sobre o plantio adequado, recuperação do solo, compostagem, controle da produção, planejamento, higienização dos alimentos e técnicas de venda. Além disso, muitas vezes temos que abrir os caminhos da comercialização, ajudar a fazer documento de identidade, CPF e conta bancária, por exemplo.

**Atualmente, quantas hortas fazem parte do projeto?**

São trinta e três hortas comunitárias e cerca de quarenta e uma hortas escolares. As hortas ficam mais na Zona Leste. Alguns anos atrás, tínhamos hortas espalhadas pela cidade de São Paulo, mas em algum momento tivemos que escolher uma região, porque estávamos tendo muitas despesas. Isso foi bom porque hoje estamos virando uma referência de

produção de hortas urbanas aqui em São Mateus.

**Qual é o público que frequenta as hortas comunitárias?**

Tem o público local, que compra pela praticidade, como se estivesse comprando em um supermercado, e tem o público que vem de mais longe, que procura uma alimentação diferenciada, com alimentos produzidos e colhidos na hora, sem agrotóxicos. Também entregamos para locais mais distantes. Temos uma listagem de produtos que mandamos por meio do celular todos os dias; a pessoa faz o pedido e entregamos.

**Quais as principais vantagens das hortas?**

Uma das grandes vantagens das hortas é que a maior parte dos supermercados está longe da grande população e as feiras de rua estão praticamente desaparecendo. As pessoas vão ao supermercado ou ao atacado uma vez por mês, quando recebem, e não voltam depois de duas ou três semanas só para comprar hortaliças. A ausência desses produtos perto da residência das pessoas faz com que elas consumam poucos vegetais, e as hortas vão ao encontro dessa situação. Também temos ganhos indiretos muito legais, como a expansão do cardápio das pessoas, benefícios para a saúde e impacto no orçamento, porque no Brasil comer carne é um símbolo de status e, à medida que se desmistifica que podemos comer mais verduras e legumes, gasta-se menos com carne.

Além da própria produção das hortas, vocês também utilizam o espaço para outros fins?

O espaço tem aplicações infindáveis, é só pensar. Fazemos muitos eventos aqui. Aos sábados, temos alguns voluntários e técnicas de nutrição. Então, pegamos sobras do couve-flor, talos, folhas e fazemos uma farofa; aí, ensinamos sobre o aproveitamento integral dos vegetais. Fazíamos eventos gastronômicos antes da pandemia com uma mesa no sol, na beira do canteiro e sentavam cerca de trinta pessoas de cada lado. Era uma maravilha.

a educação ambiental com as crianças e também usar a horta para mudar hábitos alimentares. A meta é desmistificar a ideia de que hortaliças não são boas ou gostosas. Todos os produtos da horta são utilizados na produção da merenda escolar. Além disso, a horta escolar tem um potencial de agregar essa comunicação perdida entre comunidade e escola.

Você tem algum recado para os leitores da revista?

O recado é para as pessoas começarem a repensar os hábitos de compra dos

"Fortalecendo um produtor de sua região, você será cada vez mais atendido com qualidade, com presteza. Você vai fortalecer a economia local de uma forma geral e isso vai trazer novos investimentos, novos empregos e novos empreendedores para o local".

Também tinha muito trabalho voluntário das empresas, que traziam os funcionários para ficar um dia trabalhando na terra, mexendo, desestressando. Eles nos pagavam, fazíamos almoço e, no fim do dia, eles ainda levavam várias coisas para casa. Eram estratégias que funcionavam e que geravam renda para fazermos algumas coisas nos nossos projetos.

Você pode contar um pouco sobre o projeto das hortas escolares?

O projeto horta nas escolas não tem foco de comercialização. O foco é trabalhar com

produtos e valorizarem a produção local, regional ou dos vizinhos. Fortalecendo um produtor de sua região, você será cada vez mais atendido com qualidade, com presteza. Você vai fortalecer a economia local de uma forma geral e isso vai trazer novos investimentos, novos empregos e novos empreendedores para o local.

Quer apoiar a ONG Cidades Sem Fome? Você pode obter mais informações e fazer uma doação em [cidadessemfome.org](http://cidadessemfome.org). Além disso, você pode acompanhar as atividades em [@cidadessemfome](https://twitter.com/cidadessemfome).

# Larissa Bombardi e o estudo sobre o impacto do uso de agrotóxicos

VANESSA COSTA CANÇADO SILVA E JENNIFER TANAKA

Larissa Mies Bombardi é geógrafa, mestre e doutora em Geografia pela Universidade de São Paulo, professora licenciada da mesma instituição e atualmente é pós-doutoranda na Universidade Livre de Bruxelas, onde desenvolve projeto sobre conflitos ambientais. Considerada uma das mais importantes pesquisadoras sobre o uso dos agrotóxicos e seus impactos no ambiente e na saúde, ela mudou-se recentemente do Brasil para a Bélgica em função das ameaças que vinha sofrendo após a divulgação dos resultados de suas pesquisas, particularmente após o lançamento, na Europa, da versão em inglês do atlas Geografia do Uso de Agrotóxicos no Brasil e Conexões com a União Europeia (2017), trabalho fruto das pesquisas de dois pós-doutorados.

Em março deste ano foi divulgada uma carta escrita por Larissa aos colegas da Universidade de São Paulo, em que ela relata as intimidações sofridas e a sua decisão de deixar o país. A divulgação da carta gerou diversas manifestações de apoio e solidariedade à pesquisadora, que também recebe suporte da Rede Irerê de Proteção à Ciência.



Imagem: Reprodução/Instagram/@larissabombardi

Ainda no primeiro semestre de 2021, em meio a esse período conturbado, Larissa continuou a desenvolver sua pesquisa e lançou no Parlamento Europeu a publicação Geografia das assimetrias: colonialismo molecular e círculo de envenenamento. Na obra, ela discorre sobre o círculo vicioso do veneno, isto é, quando parte dos agrotóxicos utilizados durante a produção em países do Mercosul voltam à Europa na fase do consumo, em forma de commodities e produtos

"Repetidas vezes, a pesquisadora utiliza a frase 'a soberania começa pela boca' com o intuito de demonstrar a potencialidade de transformação da sociedade na discussão sobre a alimentação".

agrícolas. Contudo, enfatiza-se que o maior impacto da utilização das substâncias fica nos países do Mercosul, contaminando a água, o solo, as plantas, os animais, o ar e as pessoas. Não deixando ao mesmo tempo de sublinhar o fato de que grande parte dos agrotóxicos do mundo são fabricados por indústrias químicas europeias, onde têm sua utilização proibida por causarem graves problemas de saúde, como câncer, malformações fetais e alterações hormonais.

No Brasil, apenas entre 2019 e 2021, mais de 900 agrotóxicos tiveram autorização para uso. É indissociável a relação entre o crescente uso de agrotóxicos, a produção de commodities, o desmatamento e a questão fundiária. Como Bombardi não nos deixa esquecer, há um jogo de interesses entre a indústria de agroquímicos e a agricultura capitalista, ambos contando com a subvenção do Estado.

Em uma comparação entre agricultura familiar e agricultura capitalista, Larissa faz uma reflexão sobre o arquétipo feminino no significado atual da agricultura. A terra, palavra no feminino, é entendida enquanto húmus, reprodução da vida, e também enquanto lócus da existência humana. A transformação do

alimento em mercadoria e a subversão do tempo cíclico simbolizam um processo de esterilização da terra, bem como de aniquilação do princípio feminino.

Nos trabalhos e palestras de Larissa frequentemente são feitas citações do escritor uruguaio Eduardo Galeano. Repetidas vezes, a pesquisadora utiliza a frase "a soberania começa pela boca" com o intuito de demonstrar a potencialidade de transformação da sociedade na discussão sobre a alimentação. Em seu mais recente trabalho, ao tratar das relações assimétricas entre os países da América Latina e Europa, o texto se inicia nos recordando as palavras de Galeano em: "a América Latina se especializou em perder".

Apesar dos dados alarmantes e desse cenário complexo, Larissa aponta alguns caminhos para a transformação da realidade, tais como a proibição de agrotóxicos não homologados na União Europeia, cessação da pulverização aérea, abolição dos subsídios aos agrotóxicos, apoio financeiro à produção agroecológica e democratização do acesso à terra. Essas são certamente propostas para nos inspirar e que podem contribuir para que a alimentação saudável e sustentável seja possível para todos.



# Seaspiracy

JÚLIA CISCATO

Dos mesmos criadores de Cowspiracy, Seaspiracy é um documentário original da Netflix, lançado em 2021, que aborda a natureza marinha. De forma provocante e investigativa, o cineasta britânico Ali Tabrizi resolve registrar os danos ambientais causados pela pesca comercial e o impacto humano na biodiversidade e ecossistemas marinhos. Contudo, ele não esperava se deparar com uma rede de corrupção global que vai muito além da vida marinha.

Além da abordagem sobre os direitos dos animais, também são expostos temas que precisam ser discutidos, como a captura acessória, mostrando a insustentabilidade e o impacto nos ecossistemas marinhos com a captura de animais que não são aproveitados comercialmente e, conseqüentemente, são desperdiçados; a certificação de peixes sustentáveis e a falta de fiscalização; a garantia e o real impacto desses certificados; a poluição de plástico dos mares e oceanos devido ao descarte das redes de pesca; além de críticas ao trabalho escravo e narcotráfico.



Imagem: Reprodução/Instagram/@seaspiracy

Ao narrar o documentário, Tabrizi conta que sempre teve imagens fascinantes dos oceanos e vidas marinhas, mas que isso mudou completamente e abriu seus olhos sobre o impacto ambiental causado pelas nossas escolhas e preferências, sobretudo alimentares, na vida e equilíbrio dos oceanos, e mostra que mudanças nos hábitos alimentares são necessárias, assim

como políticas que exijam boas práticas para combater esse problema. É necessário dizer que alguns dados apresentados no documentário estão desatualizados ou equivocados. Contudo, também é importante levar em consideração que isso não muda o

sentido da análise feita por Tabrizi sobre o impacto da pesca insustentável.

Embarque nesse documentário de estômago vazio e pronto para se deparar com questões que talvez você nunca tenha considerado antes.

Para mais informações, acesse o site [www.seaspiracy.org](http://www.seaspiracy.org) ou [@seaspiracy](https://www.instagram.com/seaspiracy).

---

Onde assistir? Netflix (desde março/2021)

# Cúpula Mundial de Sistemas Alimentares: o trem que vai na direção errada

MÔNICA ROCHA

A atual pandemia de COVID-19 trouxe à tona o que evidências científicas já apontavam: os impactos negativos da sindemia global, caracterizada pela coexistência de obesidade, má nutrição e mudanças climáticas que, juntas, afetam diretamente a saúde das pessoas e do planeta.

Os modelos atuais de produção e consumo dos alimentos têm exaurido os recursos naturais. Assim, a transformação do sistema alimentar vigente é o melhor caminho para alcançarmos os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) e contribuirmos com a Década de Ação pela Nutrição, ambas iniciativas da Organização das Nações Unidas (ONU).

Produzir alimentos seguros e saudáveis que promovam justiça social, proteção dos recursos naturais e da biodiversidade, defesa dos direitos humanos, igualdade de gênero, e o desenvolvimento da agroecologia é um pequeno retrato do que seriam as características de um sistema alimentar saudável, sustentável e resiliente.

No local que seria ideal para frutificar esse debate, a Cúpula Mundial de Sistemas Alimentares de 2021, a influência das

corporações transnacionais e do agronegócio limita (ou ignora) as discussões da sociedade civil na definição dos rumos do sistema alimentar que desejamos.

Em 2019, o Secretário Geral da ONU, António Guterres, anunciou a criação de uma reunião de Cúpula dos Sistemas Alimentares. A Cúpula é o encontro entre altas autoridades de vários países para discutir e indicar soluções sobre determinado tema, incluindo a questão ambiental. Entretanto, a Cúpula tem sido palco de grandes disputas e tensões em relação à temática.

Afinal, o que acontece nos bastidores do evento que tem gerado tanta apreensão? Primeiramente, a nomeação pelo Secretário Geral da ONU de Agnes Kalibata, presidente da Aliança para uma Revolução Verde na África (AGRA), como enviada especial para a Cúpula. As críticas apontam para a ligação de Agnes com o agronegócio e para a abordagem da AGRA, financiada pelas Fundações Bill e Melinda Gates e Rockefeller, com uma agricultura altamente industrializada, com o uso de sementes híbridas e insumos agroquímicos e fertilizantes. Soma-se a isso

o fato do grupo científico do evento não garantir a representatividade da América Latina e de áreas como a saúde e a nutrição, tão necessárias para a ampliação do debate de ideias.

Ainda, a versão final das “Diretrizes Voluntárias de Sistemas Alimentares e Nutrição” no âmbito do Comitê de Segurança Alimentar (CSA), secretariado da própria ONU, não teve a aprovação da sociedade civil. No mais, a participação do CSA foi tardia na Cúpula. Por enquanto, o cenário tem sido bastante desfavorável para a sociedade civil e os interesses privados têm prevalecido.

Todavia, a sociedade civil não se intimidou. Em 2020, 176 organizações da sociedade civil de 83 países enviaram uma carta ao Secretário Geral da ONU para revogar a nomeação de Agnes Kalibata. Em seguida, uma segunda declaração, assinada por 500 organizações da sociedade civil, acadêmicos e outros atores, foi enviada à ONU sinalizando preocupações sobre esta nomeação e as discussões da Cúpula. Em resposta às duas cartas da sociedade civil, com mais de 600 organizações, doze indivíduos representando os interesses do setor privado enviaram uma carta ao Secretário Geral da ONU para apoiar a indicação de Kalibata. O que não causa espanto é que esses indivíduos, exceto um, receberam recursos da Fundação Gates, sinalizando um evidente conflito de interesses.

Contudo, o jogo ainda não terminou. O Mecanismo da Sociedade Civil (MSC), que representa a sociedade civil no CSA,

enviou uma carta ao presidente do CSA, Thanawat Tiensin, na qual ressalta as condições para a participação na Cúpula. Como afirmam na carta, “o MSC não pode ‘pular em um trem’ que está indo na direção errada”. Recentemente, o Núcleo de Pesquisas Epidemiológicas em Nutrição e Saúde (Nupens) e a Cátedra Josué de Castro de Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis, ambos da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, realizaram um evento lançando o documento “Diálogo sobre ultraprocessados: soluções para sistemas alimentares saudáveis e sustentáveis”, que contou com a colaboração de mais de 80 pesquisadores. O objetivo foi reunir evidências científicas sobre o impacto de ultraprocessados na saúde humana e do planeta e fazer um apelo à ONU para que o tema seja incluído nas discussões da Cúpula.

O trem está na direção errada, mas ainda dá tempo de colocá-lo na rota ou, ao menos, frear a locomotiva das corporações. Por aqui, organizações da sociedade civil e movimentos sociais têm se manifestado nesse sentido. O Instituto de Defesa do Consumidor (IDEC) publicou um posicionamento, uma vez que não irá participar formalmente da Cúpula. Em sua carta, destaca que a nomeação de Agnes Kalibata representa um impedimento à participação da academia e da sociedade civil, pois marca a influência do agronegócio e dos interesses corporativos no evento. A Conferência Popular de Soberania e Segurança Alimentar e

"A Cúpula é um terreno fértil para que as sementes do futuro possam crescer e prosperar e, assim, direcionarmos a mudança dos sistemas alimentares nos próximos anos. Mas quem definirá os rumos dessa mudança?"

Nutricional, que abrange diversas organizações, publicou uma nota pública repudiando as estratégias do setor privado e se posicionando negativamente em participar dos diálogos da Cúpula. A Organização pelo Direito Humano à Alimentação e Nutrição Adequadas (FIAN Brasil) também fez um apelo à ONU reforçando as preocupações apresentadas anteriormente.

Já percebemos que a Cúpula é um terreno fértil para que as sementes do futuro possam crescer e prosperar e, assim, direcionarmos a mudança dos sistemas alimentares nos próximos anos. Mas quem definirá os rumos dessa mudança?

O que está em jogo é óbvio: os interesses que privilegiam o lucro ou os interesses que defendem a vida e a preservação dos ecossistemas. Para se discutir sistemas alimentares saudáveis, sustentáveis e resilientes, é necessário falar sobre o lobby feito pelas grandes indústrias de alimentos, que tentam persuadir governos locais e influenciar políticas públicas relacionadas à alimentação e nutrição. Também é preciso abordar o negacionismo e a negligência com a ciência

e as pesquisas financiadas com conflitos de interesse, assim como do marketing abusivo e direcionado para crianças; do aumento do consumo de ultraprocessados pela população mundial, especialmente por crianças e jovens, e de seu impacto sobre a saúde; do uso intensivo da terra e da liberação cada vez maior de agrotóxicos; do desmatamento, das monoculturas e da pecuária, que degradam os solos, poluem as águas e extinguem a biodiversidade local.

Talvez seja realmente necessário dar alguns passos para trás e recomeçar a Cúpula, mas dessa vez com diálogos amplos e livres de conflitos de interesses, entre Estados, organizações e sociedade civil.

---

MÔNICA ROCHA é nutricionista e mestre em Políticas Públicas em Saúde pela FIOCRUZ. Possui residência em Saúde Coletiva pela UFRJ e especialização em Nutrição Clínica pela UFF, em Saúde Coletiva e Educação na Saúde pela UFRGS e em Gestão da Política Nacional de Alimentação e Nutrição pela FIOCRUZ. Atualmente atua como consultora da OPAS.

# 5 projetos que atuam no combate à fome



Imagem: Reprodução/www.temgentecomfome.com.br

## TEM GENTE COM FOME

@temgentecomfomeoficial

A campanha, que surgiu em resposta ao aumento da fome durante a pandemia de COVID-19, foi idealizada pela Coalização Negra por Direitos. O grupo mapeia e distribui alimentos para famílias em situação de vulnerabilidade social de todo o Brasil.

## GASTROMOTIVA

@gastromotiva

Há cinco anos a organização atende pessoas em situação de rua por meio do Refetório Gastromotiva. Desde março de 2020, esse espaço do projeto tem funcionado como um banco de alimentos e semanalmente são distribuídas 1300 refeições no Rio de Janeiro.



Imagem: Reprodução/Facebook/Gastromotiva

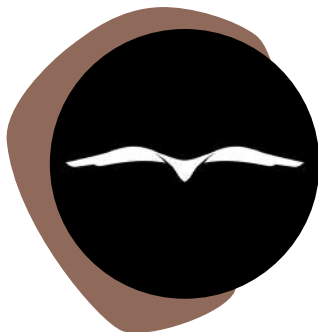


Imagem: Reprodução/Facebook/Gerando Falcões

## GERANDO FALCÕES

@gerandofalcoes

Durante a pandemia de COVID-19, a organização lançou a campanha #CoronanoParedão, que consiste na doação de cestas básicas digitais, atendendo comunidades de São Paulo, Ceará, Espírito Santo e Minas Gerais.

## AMPARAÍ

@misturaipoa

Criada em 2020, a frente de trabalho atua em Porto Alegre distribuindo refeições para pessoas em situação de rua, além de cestas básicas e itens de higiene. Apenas no ano passado foram entregues 119.000 refeições e pelo menos 1500 cestas básicas.



Imagem: Reprodução/misturai.com/amparai/



Imagem: Reprodução/Facebook/Cozinha Ocupação 9 de Julho

## COZINHA OCUPAÇÃO 9 DE JULHO

@cozinhaocupacao9dejulho

A cozinha foi instalada em 2017 e, além de atender aos moradores da ocupação, se tornou um polo gastronômico. Durante a pandemia de COVID-19, a cada quentinha vendida, uma é doada para quem necessita.

ALIMENTOS DA ÉPOCA

JULHO



Avocado



Carambola



Cupuaçu



Kiwi



Mexerica



Quincam



Abobrinha bras.



Aspargo



Mandioca



Mandioquinha



Milho verde



Palmito

AGOSTO



Abacate fortuna



Avelã



Graviola



Laranja lima



Maçã Fuji



Morango



Abóbora moranga



Agrião



Beterraba



Brócolis ninja



Couve



Espinafre

SETEMBRO



Banana prata



Manga Haden



Maracujá



Nêspera



Tamarindo



Uva Crimson



Alface lisa



Berinjela jap.



Cenoura



Couve-flor



Rabanete



Shimeji

## O papel da agricultura urbana na Segurança Alimentar e Nutricional

Canavesi FC, Moura IF, Souza C. Agroecologia nas políticas públicas e promoção da segurança alimentar e nutricional. *Segur Aliment Nutr.* 2016;23:1019-30.

Ferreira RJ, Castilho CJM. Agricultura urbana: discutindo algumas das suas engrenagens para debater o tema sob a ótica da análise espacial. *Rev Geografia.* 2007;24(2):6-23.

Garcia MT. Hortas urbanas e a construção de ambientes promotores da alimentação adequada e saudável [tese]. São Paulo: Faculdade de Saúde Pública da USP; 2016.

Giacchè G, Porto L. Políticas públicas de agricultura urbana e periurbana: uma comparação entre os casos de São Paulo e Campinas. *Inf Econ.* 2015;45(6):45-60.

Horta das Corujas [internet]. São Paulo; c2021 [acesso em 20 abr 2021]. Disponível em: <https://hortadascorujas.wordpress.com>

Lucas MM. Panorama da segurança alimentar e nutricional na cidade de São Paulo: ações, desafios e perspectivas do papel da cidade na alimentação. São Paulo, 2016.

Maas L, Malvestiti R, Gontijo LA. O reflexo da ausência de políticas de incentivo à agricultura urbana orgânica: um estudo de caso em duas cidades no Brasil. *Cad Saúde Pública.* 2020;36(8):e00134319.

Ribeiro SM, Bógus CM, Watanabe HAW. Agricultura urbana agroecológica na perspectiva da promoção da saúde. *Saúde Soc.* 2015;24(2):730-43.

Santos AHS. A política de segurança alimentar e nutricional na cidade de São Paulo. São Paulo; 2016.

Teixeira DMCL. Hortas urbanas: contributo da arquitetura para a integração das hortas urbanas na (re)qualificação da cidade [dissertação]. Coimbra: Departamento de Arquitetura da FCTUC; 2006.

Visoni C [internet]. 20 motivos para incentivar a agricultura urbana. São Paulo; c2013 [acesso em 02 maio 2021]. Disponível em: <https://www.conectarcomunicacao.com.br/2013/12/09/130-18-motivos-para-incentivar-a-agricultura-urbana/>

## A adoção de uma alimentação saudável e sustentável custa mais caro?

Verly Jr E, Carvalho AM, Marchioni DML, Darmon N. The cost of eating more sustainable diets: a nutritional and environmental diet optimisation study. *Glob Public Health.* 2021;no prelo.

## Alimentos de origem animal e vegetal: o que as pegadas de carbono dizem sobre eles?

Garzillo JMF, Machado PP, Louzada MLC, Levy RB, Monteiro CA. Pegadas dos alimentos e das preparações culinárias consumidos no Brasil. São Paulo. Faculdade de Saúde Pública da USP; 2019.

## Sindemia Global: a interação que desafia a saúde planetária

- Associação Brasileira de Nutrição [internet]. Década da Nutrição: FAO e OMS detalham ações. c2017 [acesso em 02 jul 2021]. Disponível em: <https://www.asbran.org.br/noticias/decada-da-nutricao-fao-e-oms-detalham-acoes>
- Centro de Estudos Estratégicos da Fundação Oswaldo Cruz [internet]. 'Covid-19 não é pandemia, mas sindemia': o que essa perspectiva científica muda no tratamento. Rio de Janeiro; c2020 [acesso em 27 maio 2021]. Disponível em: <https://cee.fiocruz.br/?q=node/1264>
- Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO). Sustainable food systems: concept and framework. Rome: FAO; 2018.
- Martinelli SS, Cavalli SB. Alimentação saudável e sustentável: uma revisão narrativa sobre desafios e perspectivas. *Ciênc Saúde Coletiva*. 2019;24(11):4251-61.
- Rede Brasileira de Pesquisa em Soberania e Segurança Alimentar e Nutricional. Insegurança alimentar e Covid-19 no Brasil. 2021.
- Swinburn BA, Kraak VI, Allender S, Atkins VJ, Baker PI, Bogard JR, et al. The global syndemic of obesity, undernutrition, and climate change: The Lancet Commission report. *Lancet*. 2019; 393(10173):791-846.

## Pequi

- Carrazza LR, Cruz e Ávila. Manual tecnológico de aproveitamento integral do fruto do pequi (*Caryocar brasiliense*). 2. ed. Brasília: ISPN; 2010.
- Cerratinga [internet]. Pequi. c2021 [acesso em 01 jun 2021]. Disponível em: <http://www.cerratinga.org.br/pequi/>
- Campos L [internet]. Redução do Pequi preocupa comunidades extrativistas do Cerrado. Brasília; c2018 [acesso em 01 jun 2021]. Disponível em: <https://www.wwf.org.br/?65582/Reduo-do-Pequi-preocupa-comunidades-extrativistas-do-Cerrado>
- Freitas e Souza JL. Farinha do mesocarpo do pequi (*Caryocar brasiliense* Cambess): cinética da secagem, propriedades nutricionais, funcionais e enriquecimento de iogurtes [dissertação]. Rio Verde: Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Goiano; 2015.
- Galvão J. Ingredientes para uma confeitaria brasileira. São Paulo: Companhia da Mesa; 2021.
- Lopes PSN, Souza JC, Reis PR, Oliveira JM, Rocha IDF. Caracterização do ataque da broca dos frutos do pequizeiro. *Rev Bras Frutic*. 2003;25(3):540-3.
- Oliveira WL, Scariot A. Boas práticas de manejo para o extrativismo sustentável do pequi. Brasília: Embrapa Recursos Genéticos e Biotecnologia; 2010.
- Slow Food Brasil [internet]. Pequi. c2021 [acesso em 01 jun 2021]. Disponível em: [https://slowfoodbrasil.org/arca\\_do\\_gosto/pequi/](https://slowfoodbrasil.org/arca_do_gosto/pequi/)
- Tabela Brasileira de Composição de Alimentos [internet]. São Paulo: TBCA 7.1; 2021 [acesso em 01 jun 2021]. Disponível em: <http://www.tbca.net.br/>



## Como reduzir o consumo de alimentos ultraprocessados?

Adams J, White M. Characterisation of UK diets according to degree of food processing and associations with socio-demographics and obesity: cross-sectional analysis of UK National Diet and Nutrition Survey (2008-12). *Int J Behav Nutr Phys Act.* 2015;12:160.

Agência IBGE de Notícias [internet]. PNS 2019: Cai o consumo de tabaco, mas aumenta o de bebida alcoólica. c2020 [acesso em 15jun 2021]. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/29471-pns-2019-cai-o-consumo-de-tabaco-mas-aumenta-o-de-bebida-alcoolica>

Marrón-Ponce JA, Flores M, Cediel G, Monteiro CA, Batis C. Ultra-processed foods and intake of nutrients related to chronic non-communicable diseases in Mexico. *J Acad Nutr Diet.* 2019; 119(11):1852-65.

Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. 2.ed. Brasília: MS; 2014.

## Comida é direito humano: gente é pra brilhar, não pra morrer de fome

Greenpeace Brasil [internet]. Gente é pra brilhar, não pra morrer de fome! c2020 [acesso em 10 maio 2021]. Disponível em: <https://www.greenpeace.org/brasil/blog/gente-e-pra-brilhar-nao-pra-morrer-de-fome/>

Monteleone J [internet]. “Gente é para brilhar e não para morrer de fome”: uma campanha fundamental. c2020 [acesso em 16 jun 2021]. Disponível em: <https://www.brasildefato.com.br/2020/10/16/gente-e-para-brilhar-e-nao-para-morrer-de-fome-uma-campanha-fundamental>

<https://midianinja.org/editorninja/banquetaco-reune-movimentos-sociais-e-sociedade-civil-pela-volta-do-consea/>

Rede Brasileira de Pesquisa em Soberania e Segurança Alimentar e Nutricional. Insegurança alimentar e Covid-19 no Brasil. 2021.

Rodrigues C [internet]. “O que nos levou a sair do Mapa da Fome já foi destruído”, diz ex-ministra de Dilma. c2019. [acesso em 16 jun 2021]. Disponível em: <https://www.brasildefato.com.br/2019/09/12/tereza-campello-tudo-que-nos-levou-a-sair-do-mapa-da-fome-ja-foi-destruido>

## Larissa Bombardi e o estudo sobre o impacto do uso de agrotóxicos

Bombardi LM. Geografia do uso de agrotóxicos no Brasil e conexões com a União Europeia. São Paulo: Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas da USP; 2017.

Bombardi LM. Geography of Asymmetry: the vicious cycle of pesticides and colonialism in the commercial relationship between Mercosur and the European Union. Brussels: European Parliamentary Group; 2021.

**ALINE MARTINS DE CARVALHO**

@alinemcarvalho1

Nutricionista. Mestre e doutora em Nutrição em Saúde Pública pela FSP-USP. Docente do Departamento de Nutrição da FSP-USP.

**ALISSON DIEGO MACHADO**

@alissondmach

Nutricionista. Mestre e doutorando em Nefrologia na FMUSP.

**ANA MARIA BERTOLINI**

@anabertolini

Nutricionista. Doutoranda em Saúde Global e Sustentabilidade na FSP-USP.

**BEATRIZ MACHADO MARTINS**

@biaammartins

Graduanda em Nutrição na FSP-USP.

**DEBORAH ROCHA FADUL**

@fadulzinha

Graduanda em Nutrição no Centro Universitário São Camilo.

**FLAVIA SCHWARTZMAN**

@flaschwartzman

Nutricionista. Mestre em Nutrição pela UNIFESP e doutora em Nutrição em Saúde Pública pela FSP-USP. Consultora da FAO.

**JACQUELINE TEREZA DA SILVA**

@silvajacq

Nutricionista. Mestre em Nutrição em Saúde Pública pela FSP-USP e mestre em Ciência de Dados em Saúde pela Universidade de Manchester.

**JENNIFER TANAKA**

@comermudaomundo

Nutricionista. Mestre e doutoranda em Ciências Sociais em Desenvolvimento, Agricultura e Sociedade no CDPA-UFRRJ.

**JÚLIA CISCATO**

@juliaciscato

Graduanda em Nutrição no Centro Universitário São Camilo. Formada no curso básico de Antroposofia para Profissionais de Saúde da ABMA.

**MÔNICA ROCHA**

@comidacoisaetal

Nutricionista. Mestre em Políticas Públicas em Saúde pela FIOCRUZ. Consultora da OPAS.

**NADINE MARQUES NUNES GALBES**

@nadinemnunes

Nutricionista. Mestre em Nutrição em Saúde Pública pela FSP-USP e doutoranda em Saúde Pública na FSP-USP

**SAMANTHA MARQUES**

@samantha.mvb

Graduanda em Nutrição na FSP-USP. Técnica em Nutrição e Dietética pela ETEC Mandaqui.

**SHAIRRA GARCIA ALBUQUERQUE**

@filledaphrodite

Graduanda em Nutrição na FSP-USP.

**THIFANY TORRES**

@thifanytorres

Graduanda em Nutrição na FSP-USP. Vice-presidente da Liga Acadêmica de Nutrição e Complexidades Alimentares da FSP-USP.

**VANESSA COSTA CANÇADO SILVA**

@vanessaccs

Antropóloga. Mestre em Antropologia pela UFBA.



# sustentarea



[www.fsp.usp.br/revistasustentarea](http://www.fsp.usp.br/revistasustentarea)

[facebook.com/sustentarea](https://facebook.com/sustentarea)

@sustentarea