

revista

sustentare

ISSN 2675-858X | JUNHO 2022 | VOLUME 6 | NÚMERO 2

Do *delivery* para o restaurante do bairro: uma troca que vale a pena | p.11

Ambientes alimentares: o que são e como influenciam o consumo de alimentos | p. 13

Projeto EcoCidade: transformando a comunidade por meio da alimentação | p. 18

Como evitar o desperdício de alimentos? | p. 23

Ambiente alimentar para o público jovem: desafios e potencialidades | p.26

ISSN 2675-858X

Publicação trimestral do NACE
Sustentarea

AUTOR CORPORATIVO

NACE Sustentarea

Pró-Reitoria de Cultura e Extensão
Universitária da Universidade de
São Paulo

ENDEREÇO

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

CONTATO

sustentarea@usp.br

www.fsp.usp.br/revistasustentarea
[@sustentarea](https://www.instagram.com/sustentarea)



JUNHO 2022 | VOLUME 6 | NÚMERO 2

EDITOR

Alisson Diego Machado

CORPO DIRETOR

Aline Martins de Carvalho
Dirce Maria Lobo Marchioni

REVISÃO FINAL

Aline Martins de Carvalho
Alisson Diego Machado
Dirce Maria Lobo Marchioni

PROJETO GRÁFICO

Alisson Diego Machado

COLABORADORES DESTES NÚMERO

Alicia Sei • Ana Paula Branco do Nascimento
Gabriella Manzini Prado • Laura Ferreira • Letícia Brito
Letícia Gonçalves • Mateus Henrique Amaral
Mirelly Amorim • Poliana Espíndola

Foto de capa: Alisson Diego Machado

Licenciamento de conteúdo: o material pode ser reproduzido, desde
que citada a fonte

Até que ponto escolhemos aquilo que comemos?

Pense em tudo o que você comeu ontem. Onde cada um dos alimentos foi comprado? Agora pense na última vez em que você foi ao mercado ou à feira. Você conseguiu adquirir tudo que desejava? Ou até comprou alimentos que você nem queria, mas levou por impulso?

Ao responder a essas perguntas, provavelmente você percebeu duas coisas. A primeira é que nem sempre pensamos sobre o lugar em que cada um dos alimentos vem, ou até mesmo no motivo dos mercados, feiras e quitandas estarem onde estão. A segunda é que as nossas escolhas alimentares são realmente nossas até certo ponto, já que aquilo que vamos comer depende de diversos fatores externos, incluindo vontade política.

É aí que entra o conceito de ambiente alimentar, que de forma mais ampla indica quais são os estabelecimentos de venda de alimentos que estão próximos a nós e como as práticas adotadas por eles influenciam o nosso consumo. Na matéria de capa deste número, você poderá conferir quais são os tipos de ambiente alimentar e como eles interagem com outros fatores para determinar aquilo que cada pessoa come. E também poderá ler a entrevista feita com uma convidada com grande experiência no tema, sobretudo em relação ao público jovem.

Sabe aquele restaurante perto da sua casa que você nunca foi? Trouxemos bons motivos para você trocar um pedido de delivery por essa visita! Ainda pensando no lugar em que vivemos, apresentamos na nossa história de sucesso o projeto EcoCidade, que mostra toda a potência que existe quando buscamos transformar as nossas comunidades.

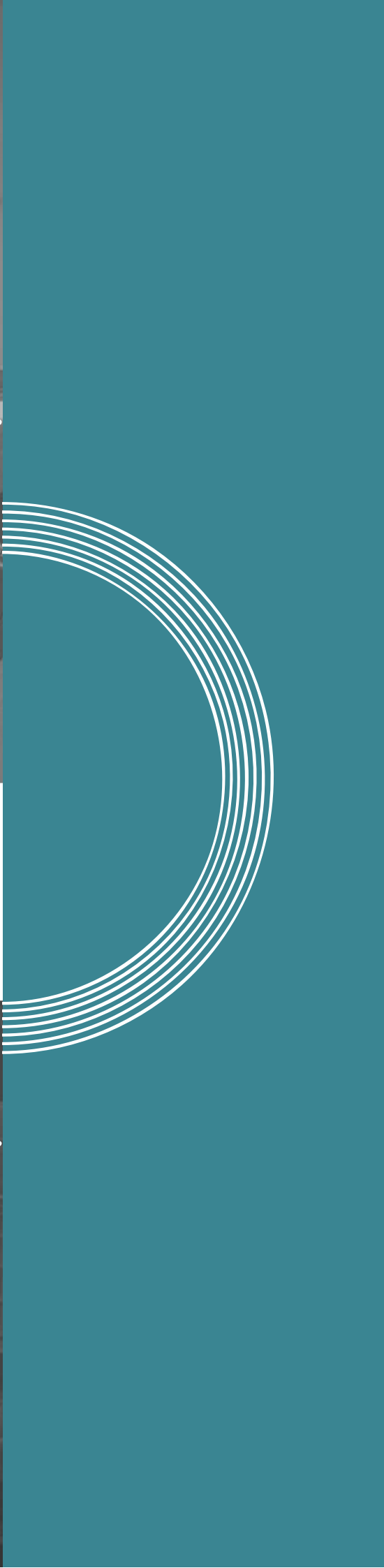
Comunidade me lembra ODS 11, que também está na revista! Na nossa nova seção, Agenda 2030, você poderá entender qual é a relação que existe entre os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável e o ambiente alimentar. E sabe quem tem ajudado a construir um ambiente mais saudável e sustentável? O Banco de Alimentos de Osasco!

Não dá para perder! Tenha uma boa leitura e até o nosso próximo número!



Alisson Diego Machado
Editor





sumário

- 5 Pelo Direito Humano à Alimentação Adequada: conheça o Banco de Alimentos de Osasco
- 8 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável e ambientes alimentares: qual a relação?
- 11 Do *delivery* para o restaurante do bairro: uma troca que vale a pena
- 13 Ambientes alimentares: o que são e como influenciam o consumo de alimentos
- 18 Projeto EcoCidade: transformando a comunidade por meio da alimentação
- 22 5 projetos que promovem ambientes alimentares mais saudáveis e sustentáveis
- 23 Como evitar o desperdício de alimentos?
- 26 Ambiente alimentar para o público jovem: desafios e potencialidades
- 31 O bem viver: uma oportunidade para imaginar outros mundos
- 32 CALENDÁRIO
- 33 BIBLIOGRAFIA

Pelo Direito Humano à Alimentação Adequada:

conheça o Banco de Alimentos de Osasco

ALISSON DIEGO MACHADO



Imagem: Alisson Diego Machado

“Quem precisa come o que tem”. É bem provável que você já tenha escutado essa frase ou alguma de suas variantes. Mas quem está em vulnerabilidade deve realmente aceitar qualquer alimento?

Não! Todo ser humano possui o direito básico de acesso a alimentos adequados do ponto de vista sociocultural, econômico e também nutricional, ou seja, o alimento deve ser nutritivo ao mesmo tempo em que faz parte da cultura alimentar de cada um sem prejudicar outras necessidades básicas. E aí também entra o ambiente alimentar. Afinal, para que o acesso a alimentos adequados seja possível, é necessário que eles estejam fisicamente próximos aos seus consumidores.

Nesse sentido, os bancos de alimentos têm sido peça-chave para a garantia do acesso físico a alimentos saudáveis para populações em situação de vulnerabilidade, sobretudo em tempos de aumento de insegurança alimentar e ainda mais se levarmos em consideração que nem sempre o que chega para essas pessoas é adequado do ponto de vista sociocultural ou nutricional. Um desses bancos têm ganhado destaque recentemente, afinal, estamos falando de um dos

componentes do que já é considerado o maior programa de segurança alimentar do país: o Banco de Alimentos de Osasco (ou Oz, para os mais chegados).

O banco foi criado em 2017, no espaço onde antes funcionava um sacolão, e tem crescido consideravelmente em número de fornecedores e pessoas atendidas. Institucionalmente, o banco de alimentos está vinculado ao Departamento de Segurança Alimentar e Nutricional do município e faz parte do seletivo grupo selecionado para compor o Comitê Gestor da Rede Brasileira de Bancos de Alimentos. Em 2021, conquistou o 3º lugar do Prêmio Josué de Castro, promovido pelo Conselho Estadual de Segurança Alimentar e Nutricional Sustentável, na categoria “Melhor programa ou projeto de política pública”.

Esse reconhecimento, é claro, é fruto do trabalho da equipe que compõe o banco, que envolve profissionais de áreas como Administração, Nutrição, Serviço Social e de nível operacional, que são responsáveis

por garantir que as cestas e kits de alimentos sejam montados e entregues para as entidades atendidas, que os retiram diariamente. Até junho deste ano, o banco atendia 87 entidades que assistiam famílias em praticamente todos os bairros de Osasco, e arrecadou quase 775 toneladas de alimentos, principalmente de frutas, legumes e verduras que estão fora do padrão de comercialização, mas adequados para consumo.

Atualmente, são cerca de 2500 a 3000 famílias atendidas semanalmente pelo banco por meio das entidades sociais, que são acompanhadas pela equipe de assistência social da instituição. São priorizados o atendimento às famílias incluídas em programas sociais, em insegurança alimentar e aquelas com crianças, adolescentes, gestantes, idosos e pessoas com deficiência. Além disso, a partir de 2021 muitas dessas famílias também passaram a ser atendidas pelo Programa Nosso Futuro, que foi criado no



Imagem: Alisson Diego Machado

Parte da equipe que compõe o Banco de Alimentos de Osasco.

município com o objetivo de atender famílias em situação de vulnerabilidade com um auxílio mensal para a compra de alimentos. O objetivo do programa é atender 30.000 famílias, o que representa cerca de 100.000 pessoas.

E não parou por aí! O banco também estimula a agricultura urbana, uma vez que possui parceria com dezoito hortas distribuídas pelo município, sendo duas delas pedagógicas. Também há parceria com a Fazenda Urbana do iFood, que fica localizada a poucos quilômetros dali. Além disso, a própria sede do banco possui uma horta, que está em expansão. Em conversa com o Sustentarea, João Perez, diretor do Departamento de Segurança Alimentar e Nutricional, contou que a horta do local é tocada por pessoas da própria comunidade, que podem vender os alimentos ali produzidos para garantir o seu sustento ou complementar a renda. Além do espaço físico, o banco auxilia os membros da comunidade fornecendo mudas e sementes para plantio, por exemplo.

As diversas frentes de atuação mostram como o Banco de Alimentos de Osasco tem trabalhado para garantir o Direito Humano à Alimentação Adequada para a população de forma ampla, nos mostrando que problemas complexos exigem soluções



Imagem: Acervo Banco de Alimentos de Osasco

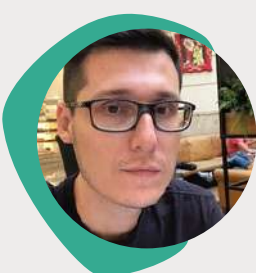
Horta pedagógica da EMEF Dr. Francisco Manuel Lumbrales de Sá Carneiro, no bairro Baronesa



Imagem: Alisson Diego Machado

Horta na sede do banco de alimentos, no bairro Pestana

complexas e que isso só é possível por meio de apoio e parcerias inter-institucionais. Ficou com vontade de conhecer essa iniciativa mais do que importante? Siga o banco na conta do Instagram [@bancodealimentos.osasco](https://www.instagram.com/bancodealimentos.osasco) e acompanhe todas as novidades!



SOBRE O AUTOR

ALISSON DIEGO MACHADO é nutricionista, mestre e doutorando em Ciências pelo Programa de Pós-Graduação em Nefrologia da FMUSP [@alissondmach](https://www.instagram.com/alissondmach)

Objetivos de Desenvolvimento Sustentável e ambientes alimentares: qual a relação?

ALICIA SEI

Não é de hoje que as nações se unem para refletir e decidir sobre o futuro do mundo considerando aspectos ambientais, sociais e econômicos. A Conferência de Estocolmo (Conferência das Nações Unidas sobre o Meio Ambiente Humano), em 1972, foi o primeiro grande marco neste caminho de melhoria da relação do homem com o meio ambiente por meio do desenvolvimento sustentável. Desde então, várias reuniões similares aconteceram.

Em 2015 foi lançada a Agenda 2030, um plano de ação global para acabar com a pobreza, proteger o meio ambiente e o clima, e garantir que todas as pessoas possam desfrutar de paz e prosperidade até 2030. A Agenda é composta por 17 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) que, por sua vez, podem ser organizados em três dimensões do desenvolvimento sustentável - ambiental, social e econômica - e demandam uma ação conjunta entre todos os países para alcançá-los. Também é preciso que governo, sociedade civil, organizações não-governamentais e setor privado se articulem para atingi-los promovendo ações que garantam o bem-estar das gerações atuais e futuras.



Imagem: Reprodução/Canva

Por conter objetivos que abrangem as três dimensões do desenvolvimento sustentável, a Agenda 2030 apresenta um modelo complexo e sistêmico de desenvolvimento. Ter essa visualização sistêmica dos ODS mostra como eles se relacionam de forma interconectada e não linear, sendo mais fácil de perceber que o desequilíbrio em um dos níveis interfere no desempenho do outro.

Quando se trata de ambiente alimentar, encontra-se uma estrutura semelhante de interconexão e não linearidade entre os diversos fatores que o compõem. Os ambientes alimentares são compostos por fatores individuais (gostos e necessidades pessoais), interpessoais (amigos, familiares e grupos), socioambientais (clima, mídia e hábitos) e políticos (políticas públicas e incentivos fiscais) que influenciam o acesso alimentar e, conseqüentemente, impactam na saúde e no bem-estar da população.

Construir ambientes que propiciem o consumo de alimentos saudáveis em quantidade suficiente, financeiramente acessíveis e culturalmente adequados envolve políticas públicas e setor privado, educação adequada e estímulos sociais positivos. Essa construção é multifatorial e se relaciona com os ODS por ambos serem compostos por aspectos econômicos, sociais, políticos e ecológicos.

O ODS 2 (**Fome zero e agricultura sustentável**) é o que apresenta ligação mais direta com a temática da alimentação, uma

vez que busca o fim da fome e da desnutrição, o desenvolvimento de sistemas sustentáveis de produção de alimentos e a manutenção da diversidade alimentar plantada e consumida. Essas metas se relacionam com a construção de ambientes alimentares nutricionalmente adequados e acessíveis a todos, podendo ser adaptados de acordo com a cultura e demanda alimentar de cada grupo.

Além do ODS 2, outros ODS são de grande importância no desenvolvimento de ambientes alimentares saudáveis e sustentáveis. A **erradicação da pobreza**, meta do ODS 1, ajuda a viabilizar um ambiente alimentar acessível a todos. Assim como a **educação de qualidade**, (ODS 4), possibilita o conhecimento sobre os alimentos e todo o sistema alimentar, formando agentes aptos a fazerem escolhas mais conscientes e responsáveis, que é o mote do ODS 12 (**Consumo e produção responsáveis**). O alcance dos ODS citados colabora para que os ODS 5 (**Igualdade de gênero**) e 10 (**Redução das desigualdades**) também sejam atingidos ao viabilizar que grupos em maior vulnerabilidade social, como mulheres, pessoas negras e LGBTQIA+, tenham acesso a ambientes alimentares saudáveis e sustentáveis, tornando-os participantes ativos e multiplicadores de bons hábitos. Fomentar o alcance destes ODS gera um ciclo virtuoso em que as ações positivas se retroalimentam na construção de um mundo sustentável.

"Entender a complexidade dos ambientes alimentares e as interconexões entre os ODS propicia mais clareza em relação aos passos necessários para se atingir um sistema alimentar mais saudável e acessível".

Quando se pensa sobre o ODS 12, é importante considerar a formatação de **idades e comunidades sustentáveis** (ODS 11) e o **trabalho decente e crescimento econômico** (ODS 8). É pertinente explorar outras possibilidades de produção de alimentos, como agricultura urbana e periurbana, com o intuito de viabilizar o acesso a alimentos mais variados, frescos e saudáveis - especialmente frutas, verduras e legumes - com o menor uso possível de agrotóxicos e menor deslocamento entre o campo e a mesa. Ao estimular esses movimentos no sistema alimentar, os ODS 13 (**Ação contra a mudança global do clima**), 14 (**Vida na água**) e 15 (**Vida terrestre**) são sustentados, construindo um ciclo sustentável de produção e consumo que preserva a biosfera.

Entender a complexidade dos ambientes alimentares e as interconexões entre os ODS propicia mais clareza em relação aos

passos necessários para se atingir um sistema alimentar mais saudável e acessível. A Agenda 2030 traz proposições que viabilizam a construção de ambientes e sistemas alimentares sustentáveis de forma estruturada. A partir deste conhecimento sólido, pode-se tomar decisões criativas e corajosas para redesenhar o sistema tornando-o sustentável a longo prazo e benéfico para todos, inclusive para a natureza.

Para se aprofundar na temática dos ODS e, na relação deles com os ambientes alimentares, você pode aproveitar os materiais disponíveis nas redes sociais do Sustentarea, como os posts no blog e a segunda temporada do podcast Comida que Sustenta, que quinzenalmente traz um novo episódio sobre a relação entre os ODS e a alimentação. O podcast está disponível gratuitamente no site do projeto e nas plataformas Spotify e Orelo.

SOBRE A AUTORA

ALICIA SEI é comunicadora social e especialista em Gastronomia Funcional. Atualmente é chef de cozinha na Bem Comer & Viver @bemcomerviver



Do *delivery* para o restaurante do bairro: uma troca que vale a pena

POLIANA ESPÍNDOLA

Adquirir comida online, especialmente via aplicativos, já faz parte do cotidiano de muitos brasileiros, especialmente desde a pandemia de COVID-19. Aplicativos de *delivery*, que são serviços de entrega de alimentos e bebidas prontos para consumo, integram o ambiente alimentar digital ou virtual. Neste tipo de ambiente, a ordem e prioridade em que os restaurantes e alimentos são apresentados é o que muitas vezes define o que o consumidor irá comprar.

Grandes redes de *fast food*, por terem preços mais atrativos e altos investimentos em publicidade, deixam seus produtos em destaque, influenciando nosso comportamento de escolha. Assim, preparações culinárias baseadas em alimentos ultraprocessados são os itens mais vendidos e pedidos nessas plataformas, podendo esses aplicativos serem considerados pântanos alimentares, ou seja, locais em que há predominância de ultraprocessados e pouca oferta de alimentos *in natura*. Afinal, como não depende da distância física entre o estabelecimento e o cliente, há maior concentração de pontos de venda de alimentos não saudáveis em relação aos

saudáveis, se estabelecemos uma comparação com o ambiente alimentar físico. Sua interface é organizada para que determinadas opções sejam mais atrativas devido a imagens ilustrativas. Facilidades como entrega grátis ou cupons de descontos, promoções e combos interferem diretamente na decisão de compra do consumidor. Além disso, utilizam programação algorítmica, que evidencia alimentos e ofertas com base nas compras pregressas e no que pessoas com perfil semelhante têm maior predisposição a pedir. Dessa forma, a aquisição de comida em aplicativos pode contribuir para o consumo de alimentos não saudáveis e, conseqüentemente, para o desenvolvimento de fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis.

Todos esses facilitadores têm um preço, e a maior parte das vezes quem paga, além dos consumidores, são os donos de pequenos estabelecimentos, já que restaurantes menores acabam não tendo um preço competitivo em relação às grandes redes e também não tem a mesma visibilidade dentro do aplicativo, ficando dependentes deste tipo de comércio com uma margem de lucro diminuída.

VANTAGENS DE TROCAR UM PEDIDO VIA APLICATIVO PELO RESTAURANTE LOCAL

| | | | |
|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>Conhecer o ambiente alimentar que te rodeia</p> |  | <p>Economia financeira, pois os aplicativos adicionam uma taxa sobre os alimentos vendidos</p> |
|  | <p>Maior contato com quem prepara e vende o alimento</p> |  | <p>Apoio aos pequenos restaurantes</p> |
|  | <p>Menos intermediários na cadeia de consumo</p> |  | <p>Escolha baseada na sua vontade e não apenas no que o aplicativo oferece</p> |
|  | <p>Geração de menor quantidade de lixo, evitando a necessidade de embalagens de transporte</p> | | |

Imagens: Reprodução/Canva

Ao pedir comida via aplicativo, o consumidor também perde o contato com quem produz o alimento, uma vez que muitos restaurantes sequer são abertos ao público, trabalhando apenas com entrega. Esse tipo de comércio também acaba produzindo mais lixo, pois mais embalagens são necessárias para o armazenamento e transporte dos alimentos. Por isso, a nossa sugestão é: quem sabe

você possa trocar os pedidos de aplicativo por uma visita a um restaurante na sua vizinhança? Confira no quadro acima uma lista de benefícios em adotar esse hábito.

São muitas as vantagens de trocar um pedido do app pela visita a um restaurante local, não? Então, sempre que possível, faça essa troca! Não só a saúde agradece, mas também a economia local e o meio ambiente!

SOBRE A AUTORA

POLIANA ESPÍNDOLA é nutricionista, mestre e doutoranda em Ciências Médicas (Endocrinologia) pela UFRGS
@nutripoliana





Ambientes alimentares: o que são e como influenciam o consumo de alimentos

LETÍCIA GONÇALVES, POLIANA ESPÍNDOLA E MIRELLY AMORIM

Imagem: Alisson Diego Machado

Pense no lugar em que você vive. Onde é possível comprar alimentos nessa região? Esses locais ficam próximos ou distantes da sua casa? Você sempre encontra o que precisa? Ou, precisa se deslocar para

comprar alguns itens? Os preços variam de um lugar para outro?

Com o objetivo de compreender os fatores associados à alimentação, diversas pesquisas estão analisando os ambientes

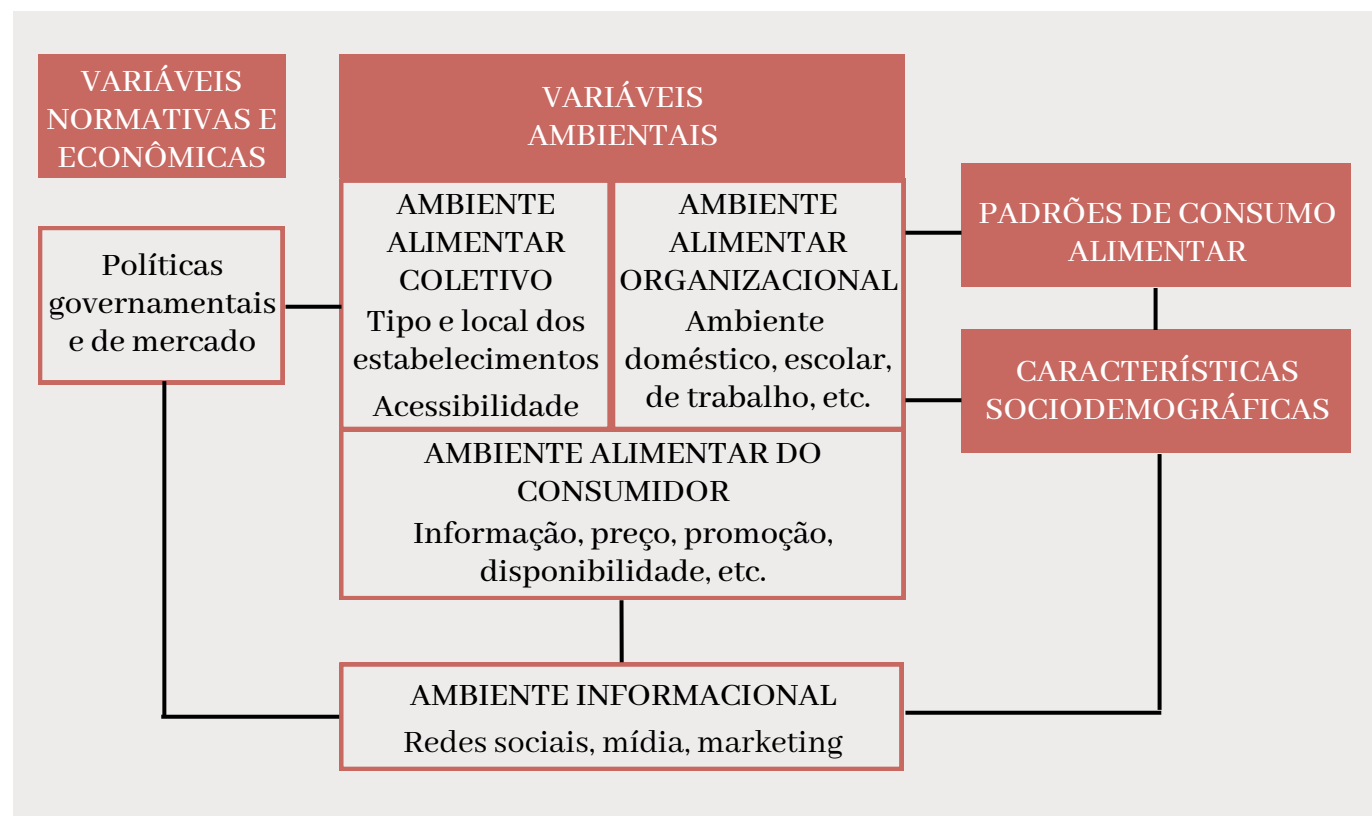
alimentares, isto é, a relação das escolhas alimentares segundo os alimentos disponíveis nas regiões próximas aos locais de moradia, trabalho ou de estudo, incluindo ainda a influência de fatores socioeconômicos e políticos nessas escolhas.

Nesse sentido, a obra do médico e geógrafo Josué de Castro, intitulada *Geografia da fome*, publicada em 1946, possui uma grande importância histórica, pois nela o autor constata a influência do meio sobre a alimentação ao apresentar dados associando a fome às condições socioeconômicas. Isso, é claro, vai muito além da falta de acesso físico aos alimentos, e diz respeito também a qual tipo de alimentação é possível ter a partir de onde se vive.

Assim, a constatação do fator ambiental como um modulador dos padrões alimentares evidencia a necessidade dos estudos sobre os ambientes alimentares que levem em conta a complexidade das estruturas sociais. Essa percepção está presente em alguns estudos, dentre os quais, destaca-se o modelo ecológico proposto por Karen Glanz e colaboradores.

Em suma, no modelo ecológico há três ambientes, sendo o primeiro deles o ambiente coletivo/social, determinado pela quantidade, localização e os tipos de estabelecimentos comerciais disponíveis na comunidade; o segundo seria o ambiente do consumidor, no qual a disposição dos produtos nas prateleiras, os anúncios promocionais, a rotulagem

MODELO ECOLÓGICO DO AMBIENTE ALIMENTAR



Fonte: Adaptação de Glantz et al. (2005).

nutricional e as opções de alimentos são os fatores mais relevantes; o terceiro é denominado ambiente organizacional e é uma junção dos ambientes de trabalho, estudo e moradia. Além disso, existe ainda um quarto tipo de ambiente, o informacional, caracterizado pelas ações da mídia e pelas estratégias de marketing. E todos esses são influenciados por políticas governamentais e de mercado, por fatores individuais e pelas características comportamentais.

Para dar início à discussão sobre ambientes alimentares é necessário destacar as dificuldades que circundam o acesso físico aos alimentos recomendados pelo Guia Alimentar para a População Brasileira, uma vez que é notável a diferença na distribuição territorial da oferta de alimentos *in natura* e/ou minimamente processados, tais como frutas, legumes e verduras, que são marcadores de uma alimentação saudável. Por outro lado, denominam-se desertos alimentares os espaços onde a presença desses marcadores é quase nula e, concomitantemente, os pântanos alimentares são aqueles locais nos quais a oferta de ultraprocessados (refrigerantes, salgadinhos, bolachas, etc.), que são marcadores de uma alimentação inadequada, é predominantemente maior quando comparado aos alimentos *in natura*.

Geralmente, os bairros socioeconomicamente desfavoráveis são os locais onde a

oferta de frutas, legumes e verduras é baixa. Por exemplo, a concentração de estabelecimentos que vendem alimentos *in natura* (feiras livres, mercados e sacolões municipais, açougues, peixarias e hortifrutis) no município de São Paulo é menor nos distritos periféricos (Parelheiros, Marsilac e Jardim Ângela) quando comparados às regiões centrais (Sé e Vila Mariana).

Já em relação aos estabelecimentos mistos, em que é possível encontrar tanto alimentos *in natura* quanto ultraprocessados, como hipermercados, supermercados, mercearias e varejistas de produtos alimentícios em geral, a concentração entre os bairros e distritos tende a ser mais homogênea. A concentração desses estabelecimentos, porém, não é o único fator que influencia o consumo, já que os elementos que configuram o ambiente do consumidor podem influenciar a venda de ultraprocessados.

A oferta de alimentos saudáveis no território é igualmente importante quando se considera os estabelecimentos que estão no entorno de escolas, universidades e trabalho, assim como nos espaços de grande circulação, como terminais de ônibus e estações de trem e metrô, dado o crescente número de pessoas que se alimentam fora do domicílio e que muitas vezes têm acesso apenas ao que é vendido nessas imediações.

No caso de crianças e adolescentes que estudam em escolas públicas, políticas como o Programa Nacional de Alimentação Escolar, ajudam a promover uma alimentação saudável. Contudo, a maioria dos estudos sobre ambiente alimentar conclui que a oferta de ultraprocessados no entorno das escolas é alta, também pela facilidade de armazenar, transportar e estocar esses produtos, fazendo com eles estejam presentes até mesmo em estabelecimentos com outros fins.

ambiente alimentar organizacional.

Além disso, sabe-se que os locais classificados como estabelecimentos mistos em que ocorrem a venda de preparações prontas para o consumo, como restaurantes, padarias, bares, lanchonetes e cafeterias, fazem parte do cotidiano do trabalhadores que recebem o vale-refeição, reforçando não apenas a relevância de ações governamentais, mas também da participação do setor privado na construção de ambientes mais saudáveis.

"Não há nas universidades uma legislação que promova a alimentação saudável, apesar da presença de restaurantes universitários nas universidades públicas contribuir com a garantia do Direito Humano à Alimentação Adequada".

A presença das cantinas dentro das escolas também é vista com um fator preocupante, pois a maioria dos alimentos vendidos são ultraprocessados, e o mesmo ocorre com os universitários. Porém, em contraposição com as escolas, não há nas universidades uma legislação que promova a alimentação saudável, apesar da presença de restaurantes universitários nas universidades públicas contribuir com a garantia do Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA), sendo um equipamento importante dentro do

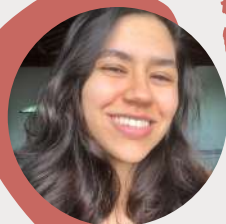
A avaliação dos pontos de venda nos terminais de ônibus e nas estações de trem e metrô também são indispensáveis para facilitar o planejamento de políticas objetivando a melhoria do ambiente alimentar coletivo, visto que são lugares de grande circulação, nos quais as pessoas costumam realizar refeições rápidas. Uma pesquisa feita no município de São Paulo analisou dezenove estações de metrô quanto à presença de cafeterias, lanchonetes, máquinas de venda automática e bombonieres.

Paralelamente, nos últimos anos houve um aumento expressivo das opções de *delivery* de comida a partir do uso de aplicativos, expandindo o conceito de ambiente alimentar para o mundo digital, em que as novas estratégias de marketing contribuem com a divulgação dos ultraprocessados.

Os alimentos ultraprocessados são mais baratos e podem ser facilmente encontrados na maioria dos estabelecimentos comerciais. Soma-se a isso a quantidade massiva de propagandas que influenciam o consumo desses produtos e a falta de políticas públicas associadas às ações intersetoriais. Dada a complexidade dos sistemas alimentares quanto à produção, distribuição e venda de alimentos, as iniciativas devem incluir tanto o setor público quanto o privado, a fim de diminuir as disparidades entre as classes sociais, proporcionando acesso à alimentação saudável para todas e todos.

Dentre as ações que podem ser implementadas para o desenvolvimento de ambientais alimentares mais saudáveis, destacam-se a (1) diminuição do preço dos *in natura* e minimamente processados, como frutas, legumes e verduras; (2) redução da oferta de alimentos ultraprocessados; (3) estímulo à agricultura urbana e periurbana; (4) inserção de práticas educativas sobre alimentação e nutrição nas escolas, nas universidades e nos locais de trabalho; (5) reorganização dos espaços urbanos quanto à distribuição dos equipamentos promotores da saúde, como as feiras livres, em territórios menos favorecidos e naqueles em situação de vulnerabilidade; (6) garantia do acesso às informações nutricionais para o consumidor e, por fim, a (7) aplicação de estratégias de marketing visando a promoção de ambientes alimentares promotores de saúde a partir de uma alimentação adequada e saudável.

SOBRE AS AUTORAS



LETÍCIA GONÇALVES é graduanda em Nutrição na FSP-USP
@le1ticia

POLIANA ESPÍNDOLA é nutricionista, mestre e doutoranda em Ciências Médicas (Endocrinologia) pela UFRGS
@nutripoliana



MIRELLY AMORIM é nutricionista, mestre em Ciência e Tecnologia de Alimentos pelo IFMT e doutoranda em Nutrição pela UNIFESP
@dietasdanutri

Projeto EcoCidade: transformando a comunidade por meio da alimentação

LETÍCIA GONÇALVES E ANA PAULA BRANCO DO NASCIMENTO

O projeto EcoCidade, conduzido pelo Instituto A Cidade Precisa de Você, constitui-se em um conjunto de ações voltadas para o distrito da Brasilândia, zona norte de São Paulo, com o intuito de promover uma economia circular, justa e sustentável por meio do fortalecimento e da união de iniciativas locais, tendo em vista alguns dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável da Organização das Nações Unidas. O projeto teve início em junho de 2021, após a liberação de auxílio financeiro por um fundo europeu, e ao longo das atividades foi criada uma metodologia inovadora que poderá ser aplicada em outros territórios com alto índice de vulnerabilidade social.

O Instituto, que tem como presidente a arquiteta e urbanista Laura Sobral, é formado por uma equipe multiprofissional e tem como foco a transformação dos espaços públicos a partir dos eixos educação urbana (sobre cidadania ativa e o direito à cidade), mão na massa e fazer junto, os quais estão presentes no projeto EcoCidade.

A escolha da região levou em consideração o histórico de intervenções realizadas na Brasilândia. Com base nas experiências anteriores e na análise das



Imagem: Reprodução/Instagram/@acidadeprecisadevoce

"Os organizadores do projeto EcoCidade procuraram dar continuidade às intervenções a partir da mobilização dos vínculos pré-estabelecidos. Esse processo deu início a três principais frentes de ação coordenadas por representantes locais e por integrantes do Instituto".

demandas locais, os organizadores do projeto EcoCidade procuraram dar continuidade às intervenções a partir da mobilização dos vínculos pré-estabelecidos. Esse processo deu início a três principais frentes de ação coordenadas por representantes locais e por integrantes do Instituto.

Uma dessas frentes concentra-se na produção agroecológica de alimentos em hortas urbanas. Para isso, os integrantes mapearam a região e dez hortas foram identificadas. Em seguida, com o apoio da Rumos Sustentabilidade, ocorreram vistorias técnicas em cada uma delas, possibilitando o planejamento do cultivo em conjunto com a comunidade e, após essa etapa, o Instituto ofereceu mudas para o plantio.

O segundo ponto da ação está ligado ao preparo e ao consumo dos alimentos, dado que o projeto colaborou com a formação de um coletivo de mulheres que utilizam produtos agroecológicos frescos no preparo de quentinhas à base de vegetais. Além disso, a produção baseia-se no conceito do aproveitamento integral dos alimentos, reduzindo assim o desperdício.

O coletivo ainda produz cestas agroecológicas de alimentos com produtos das hortas locais e da cooperativa Terra e Liberdade.

As quentinhas são produzidas e vendidas quinzenalmente, e saem direto da cozinha do Espaço Cultural Jardim Damasceno, que foi recém reformada pelos integrantes do projeto. Nos primeiros meses, a aquisição de hortaliças para a produção foi por meio da compra de alimentos da cooperativa Terra e Liberdade, uma vez que as hortas locais ainda não tinham como produzir o volume suficiente de hortaliças para a demanda. A terceira frente iniciou-se com o curso de capacitação "viver de bike" em parceria com o Aromei zero e o Preto Império, totalmente gratuito e aberto à comunidade, proposto com objetivo de conectar quem produz e quem consome por meio de um sistema de entrega local com o uso de bicicletas. O curso terminou em novembro de 2021 e parte dos participantes formaram um grupo de entregadores para o qual foram cedidas duas bicicletas elétricas e três convencionais, além de capas de chuva,

capacetes e mochilas. O coletivo de entregadores ficou responsável por realizar a entrega e a retirada dos alimentos provenientes das hortas, das quinzenas e das cestas agroecológicas, além da coleta de resíduos orgânicos para compostagem a fim de completar o ciclo do sistema alimentar.

Também ocorreram intervenções em conjunto com alguns equipamentos públicos. Por exemplo, o projeto instalou uma composteira na Escola Técnica Estadual do Jardim Paulistano, onde há uma horta mapeada. Vale ressaltar que existem outras duas hortas associadas aos equipamentos públicos, uma na UBS do Jardim Guarani e outra na Escola Estadual

Doutor Ubaldo Costa Leite.

Em paralelo a essas ações, estavam ocorrendo as aulas do curso "Ecocidade: comida, justiça e cooperação", que teve seis meses de duração. O curso foi composto por cinco módulos e se desenvolveu no modo híbrido, isto é, com atividades online e presenciais que incluíram aulas, oficinas e mentorias. O principal objetivo era dar suporte às atuações do projeto com a capacitação e a emancipação dos envolvidos que pudessem se tornar multiplicadores e, para isso, foram disponibilizadas trinta vagas aos moradores da Brasilândia e bairros próximos.

Para incentivar a continuidade das ações



Imagem: Reprodução/Instagram/@acidadeprecisadevoce

Chamada para ação na Horta Saberes Ambientais, no Jardim Carombe, distrito de Brasilândia.

criou-se uma plataforma digital - o Sistema Digital EcoCidade, que facilita a interação dos moradores da Brasilândia com as iniciativas locais. Pessoas de fora da comunidade também podem acessar e contribuir com as atividades, bastando apenas realizar o cadastro na plataforma. Durante o cadastro é possível sinalizar quais são as atividades de interesse de acordo com as opções disponíveis e as formas de colaboração, que podem ser a venda de horas de trabalho mediante remuneração; troca de horas de trabalho por horas de outro trabalho, ou por um produto beneficiado, alimento ou material; e doação das horas de trabalho.

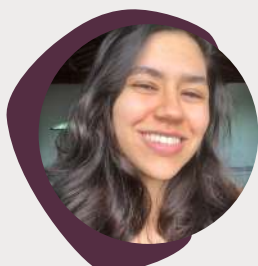
Ao final desse processo os usuários irão receber notificações com informações sobre as atividades que estão em andamento, permitindo que eles possam se inscrever e participar. Além disso, os usuários podem sinalizar na plataforma caso eles queiram receber doações de alimentos, sementes e resíduos orgânicos. Em relação aos desafios enfrentados na implantação do projeto, a designer e integrante do projeto Fabíola Bergamo

disse que foi necessário fazer ajustes, pois o território apresenta um alto índice de vulnerabilidade social, sendo de extrema importância, nesse caso, a concessão de bolsas para garantir uma certa estabilidade econômica e, conseqüentemente, a permanência das pessoas nos coletivos.

Outro ponto que surgiu durante a conversa relaciona-se à ausência de proteína animal nas quentinhas, que dificultou a aceitação das preparações em um primeiro momento, uma vez que a cultura alimentar da região, assim como a brasileira em geral, é baseada em arroz, feijão e carne. Por fim, ela disse que haverá uma avaliação final com o uso de indicadores para identificar os efeitos das ações sobre a comunidade, com elaboração de um relatório que será publicado no site www.acidadeprecisa.org.

Até lá, para saber mais sobre as atividades desenvolvidas durante a intervenção na Brasilândia, confira a conta do Instagram [@acidadeprecisadevoce](https://www.instagram.com/acidadeprecisadevoce) e fique por dentro de todas as novidades do projeto.

SOBRE AS AUTORAS



LETÍCIA GONÇALVES é graduanda em Nutrição na FSP-USP
[@le1ticia](https://www.instagram.com/le1ticia)

ANA PAULA BRANCO DO NASCIMENTO é bióloga, nutricionista, mestre e doutora em Ecologia Aplicada pela ESALQ-USP.. É docente na USJT

[@apbnasci](https://www.instagram.com/apbnasci)



4 projetos que promovem ambientes alimentares mais saudáveis e sustentáveis



ASSOCIAÇÃO DE AGRICULTORES DA ZONA LESTE

@agricultoreszonaleste

A associação, baseada em São Mateus, conta com 14 hortas distribuídas pela zona leste de São Paulo. Os alimentos ali produzidos são comercializados em feiras orgânicas que acontecem na própria região. Confira os locais e as datas e não perca!

FAE - FEIRA DOS AGRICULTORES ECOLOGISTAS

@fae.feiraecologica

Essa é para quem está em Porto Alegre! A FAE existe há pouco mais de trinta anos e acontece todos os sábados no bairro Bom Fim, contando com 44 bancas de pequenos agricultores de 32 municípios do Rio Grande do Sul.



EATS FOR YOU

@eatsforyou

Delivery não precisa ser sinônimo de *fast food*, não é mesmo? Aqui, todas as refeições são baseadas em alimentos in natura e minimamente processados e feitos em casa! Acesse as redes sociais da plataforma e confira se a sua região já é atendida.



RAÍZS

@raizsoficial

Alimentos orgânicos direto na sua casa? É isso mesmo! A Raízs funciona como um mercado que conecta pequenos produtores de alimentos ao consumidor final, promovendo circuitos de compra mais curtos. Além da compra avulsa, também é possível adquirir cestas de alimentos, que são entregues periodicamente.



Como evitar o desperdício de alimentos?

LAURA FERREIRA E LETÍCIA BRITO



Imagem: Reprodução/Canva

Evitar o desperdício de alimentos sempre esteve em foco e continua ganhando ainda mais espaço na esfera ambiental, social e econômica. Esta é, inclusive, uma das metas do Objetivo de Desenvolvimento Sustentável 12 - Consumo e produção responsáveis. O foco mundial é a redução pela metade do desperdício de alimentos per capita, tanto nos níveis de varejo como do consumidor, além de promover a diminuição das perdas ao longo da cadeia de produção.

Segundo a Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura (FAO), aproximadamente 30% de tudo que é produzido mundialmente por ano é desperdiçado ou perdido ao longo da cadeia produtiva ou anteriormente à chegada ao consumidor. Parte dessa porcentagem está no armazenamento ou no transporte, e outra está associada ao hábito de consumo da população em geral, resultante das exigências feitas para adquirir o produto, o grau de habilidade para o gerenciar, e nas vendas, onde usualmente o que mais se perde são hortaliças, devido a fatores como calor excessivo, ausência de um bom aspecto ou falta de coloração dos vegetais. Reduzir

DICAS PARA EVITAR O DESPERDÍCIO DE ALIMENTOS



Planeje as suas compras e prepare apenas a quantidade de comida necessária



Congele as sobras das preparações para consumir no dia seguinte ou em outro momento oportuno



Aproveite o alimento em sua totalidade, criando novas receitas utilizando cascas e aparas, por exemplo



Confira se o que sobrou da refeição ou do dia anterior ainda podem ser consumidos antes de iniciar um novo preparo



Coloque no prato somente o que for capaz de comer, sem exagerar na quantidade



Armazene os alimentos em locais e temperaturas corretas e se atente ao prazo de validade



Caso seja o caso, doe alimentos não perecíveis que você tem guardado e não tem pretensão de preparar

Imagens: Reprodução/Canva

Fonte: adaptado da Organização das Nações Unidas (2021).

esse desperdício é fundamental, até mesmo porque todos os recursos que foram utilizados para a produção, transporte e armazenamento dos alimentos são igualmente desperdiçados.

Então, o que fazer? Existem ações que podem ser feitas dentro de casa e que podem alcançar outras pessoas e auxiliar na redução do desperdício de alimentos. Sem contar nos valores que podem ser economizados, afinal, quando não há desperdício, todos ganham. Nesse sentido, adaptamos um guia de sugestões, baseado nas dicas fornecidas pela FAO quanto às ações que podemos adotar no cotidiano

e contribuir para a redução do desperdício. Veja essas dicas no quadro acima!

Mergulhando neste assunto podemos encontrar diferentes organizações que têm criado estratégias que visam minimizar o desperdício, sobretudo de frutas, legumes e verduras. Um exemplo é a cooperativa Fruta Feia, criada em 2013 em Portugal. Ela surgiu da necessidade de inverter tais tendências de normalização de frutas e legumes, combatendo uma ineficiência de mercado e criando uma alternativa para as frutas e hortaliças tidas como “feias”. Toda fruta e hortaliça que não estão dentro do padrão (características relacionadas à

aparência do vegetal, seja pela coloração ou tamanho) para serem vendidas em grandes centros comerciais e redes nacionais de supermercados são recolhidas diretamente da mão do produtor e vendidas a preços mais baixos para a população. Para isso, é necessário que as pessoas que desejam aderir a essa alternativa se cadastrem e se desloquem até um ponto de coleta dos alimentos mais próximo de sua casa. Atualmente o país conta com 15 pontos de entrega, espalhados de norte a sul, cerca de 310 agricultores e 8000 consumidores. Esta iniciativa evita semanalmente que cerca de 23 toneladas de alimentos tenham o lixo como destino.

No Brasil também temos iniciativas semelhantes. Em São Paulo, por exemplo, há o Fruta Imperfeita, que funciona como um delivery de frutas, legumes e verduras fora do padrão estético. A organização possui contato com diversos produtores orgânicos e, a partir dos alimentos adquiridos, monta cestas de frutas, legumes ou mistas e entrega periodicamente em diversos bairros da capital.

O projeto funciona há quatro anos e já poupou mil toneladas de frutas, legumes e verduras até hoje.

O Mesa Brasil, do Sesc Rio de Janeiro, é outra iniciativa cujo principal objetivo é minimizar os efeitos da fome no Estado do Rio de Janeiro e o desperdício de alimentos, contribuindo para a Segurança Alimentar e Nutricional das pessoas em situação de maior vulnerabilidade. Este projeto baseia-se na redução do desperdício, mediante a doação de alimentos, desenvolvendo e promovendo ações educativas e de solidariedade social em todo o país. No site do Mesa Brasil é possível baixar um e-book com receitas incríveis, com aproveitamento integral dos alimentos.

Não podemos deixar de citar as nossas mídias sociais e site, afinal nessas plataformas você pode encontrar diversas receitas que baseiam-se não apenas em produzir comida sustentável, mas menos prejudicial ao ambiente e evitando o desperdício.

Vem conosco e nos ajude a mudar essa história. O mundo precisa de você!



SOBRE AS AUTORAS

LAURA FERREIRA é graduanda em Nutrição pela UFU
@llaferreira

LETÍCIA BRITO é bióloga, mestre em Ciências Ambientais e Conservação pela UFRJ e doutoranda em Biologia na Universidade de Aveiro
@leticia.s.brito



Ambiente alimentar para o público jovem: desafios e potencialidades

GABRIELLA MANZINI PRADO E MATEUS HENRIQUE AMARAL

Neste número, a nossa entrevistada é a nutricionista Camila Aparecida Borges, que possui pós-doutorado pela Faculdade de Saúde Pública da USP e é pesquisadora de temas como consumo alimentar, ambiente alimentar e saúde pública. Também participa do Núcleo de Pesquisas Epidemiológicas em Nutrição e Saúde (NUPENS/USP), Núcleo de Estudos em Obesidade e Nutrição da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ) e do Núcleo de Estudos e Pesquisas em Alimentação da Universidade Estadual de Campinas (NEPA/Unicamp).

Camila possui uma bagagem rica sobre o tema deste número, já que sua linha de pesquisa busca compreender como são definidas as escolhas alimentares de adolescentes e todo o universo em que estão inseridos, com um olhar atento ao ambiente alimentar e à sua influência no consumo alimentar.

Camila, você tem experiência de trabalho com jovens. Como você avalia os hábitos alimentares e as oportunidades de escolha dessa população ao comprar os alimentos? Quando estava estudando o consumo alimentar com os dados da Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) de 2008-



Imagem: Reprodução/Canva

2009, analisamos que, em geral, os adolescentes possuem dois padrões de consumo no Brasil: o primeiro é baseado no consumo de arroz e feijão, alguns legumes e frutas, mas com a inserção de alguns alimentos ultraprocessados, como sucos artificiais e refrigerantes. No segundo padrão, predominam os ultraprocessados como os cereais matinais, biscoitos, salgadinhos, lanches, pizzas e refrigerantes. Outro ponto que vimos foi a omissão do café da manhã entre os adolescentes.

Além disso, os jovens que se alimentam de forma mais saudável são os de classe média baixa, e os que têm aquele padrão mais pautado no consumo de ultraprocessados são os jovens de classe alta.

No Brasil, os ultraprocessados ainda são mais caros do que uma alimentação baseada em alimentos mais saudáveis, o que pode explicar o fato de os jovens de classe média alta consumirem mais esses alimentos. Ao mesmo tempo, os estudos de ambiente alimentar mostram que as zonas periféricas sofrem com o abastecimento de alimentos mais saudáveis quando comparadas com as zonas centrais das cidades, nos fazendo refletir sobre o quanto as nossas cidades possibilitam o acesso a uma alimentação adequada e saudável.



Camila Aparecida Borges

Imagem: Camila Aparecida Borges

Pensando nas escolas, também ocorre uma maior concentração desses estabelecimentos que vendem mais ultraprocessados ao redor dos ambientes escolares. Acho que o Brasil deu um avanço muito grande na atualização das regras para a compra de alimentos dentro do Programa Nacional de Alimentação Escolar, restringindo a oferta de alimentos ultraprocessados e garantindo uma alimentação saudável.

Porém, o ambiente ao redor das escolas precisa ser considerado. Pensando no impacto, existe uma exposição que se soma com a falta de lazer e exposição maior à publicidade de alimentos não saudáveis até mesmo em cantinas escolares. Temos estudado que certos produtos com alto teor de sal e de açúcar possuem alto apelo para crianças e adolescentes com embalagens chamativas, contendo apelos para minerais e vitaminas ou personagens conhecidos por esse público. Então, quando buscamos vias de reduzir essa exposição, é necessário pensar em um conjunto de políticas públicas, desde hortas comunitárias a restringir o espaço de venda ambulante, restringir a oferta de ultraprocessados na cantina com taxaço de preço, vincular a política de rotulagem com a política de publicidade e todas as

políticas que segundo a Organização Mundial da Saúde são recomendadas para que de fato os países possam frear o avanço da obesidade, das doenças crônicas não transmissíveis e proteger as crianças e adolescentes.

Ainda com o olhar voltado ao adolescente, como você percebe a sensibilização dessa população mais jovem para o tema de alimentação saudável?

Eu vejo um potencial tremendo. O que falta é informação e regulação. Os jovens são muito mais mobilizados, até mesmo pela causa ambiental. Mas a publicidade ainda confunde muito, principalmente as crianças e adolescentes que não têm muito discernimento do que seriam alimentos saudáveis ou não. Existem propostas que poderiam ser grandes ferramentas como, por exemplo, a rotulagem frontal, que pode vir com um peso muito importante para que esse adolescente pense “olha, esse alimento tem uma pegada de low carb, emissão de carbono zero... mas está estampado um selo de alto teor de açúcar e sódio. Ainda assim, eu vou consumir?”. Isso traz um potencial de informação muito grande. É importante buscarmos disseminar essa qualidade de informação dentro do ambiente escolar, utilizando das políticas públicas, como é o caso do

PROTEJA¹, que vem no sentido de proteger essa população mais vulnerável do avanço da obesidade e das doenças crônicas, propondo uma série de ações e políticas públicas para que os governos avancem na temática de proteger a infância e o ambiente alimentar. O PROTEJA traz uma discussão para que os gestores pensem em todos os mecanismos potenciais já evidenciados pela literatura com grande impacto na redução da obesidade e pensem em trabalhar em políticas multisetoriais que dialoguem com o ambiente, e não apenas com as escolhas individuais.

Os jovens possuem mais afinidade com as novas tecnologias. Considerando a disseminação dos aplicativos de entrega de comida, você acredita que esse serviço tem contribuído para a expansão do ambiente alimentar e a promoção de uma alimentação mais saudável e sustentável para esse público?

Eu acho que as ferramentas tecnológicas têm um potencial de informar sobre alimentação saudável, mas eu fico pensando no grau de complexidade de regularizar isso, sabe? Hoje, essas ferramentas, principalmente as de delivery, estão nas mãos de empresas privadas, que têm o objetivo de lucro

¹O PROTEJA - Estratégia de Prevenção e Atenção à Obesidade Infantil - é uma iniciativa da Coordenação Geral de Alimentação e Nutrição do Departamento de Promoção da Saúde da Secretaria de Atenção Primária à Saúde do Ministério da Saúde, instituído pela Portaria GM/MS nº 1.862, de 10 de agosto de 2021.

"É um grande desafio saber como vamos dialogar com esse jovem o que a gente quer e que eles tenham ciência do quanto o ambiente interfere nas suas escolhas alimentares".

ainda que se apropriem de causas sociais como na pandemia: "olha, a gente leva comida para os profissionais de saúde", "a gente vai até onde você está", "não saia de casa". Não vi dados recentes de uso, mas deduzo que sejam os jovens que utilizam mais, os adultos jovens que moram sozinhos. As ferramentas de delivery tem alcançado pessoas em lugares muito remotos, comunidades mais afastadas. Talvez esse seja o ponto positivo. Mas como elas têm levado isso? O que elas têm levado junto? O combo da marmita mais o refrigerante? Como elas têm feito a publicidade disso?

Acho que precisamos amadurecer mais, estudar mais essas plataformas e verificar se elas realmente têm potencial de promover alimentação saudável, como isso seria feito e regularizado. Acho que as tecnologias são muito importantes para dialogarmos com os mais jovens. Isso não deveria ficar de fora quando pensamos em falar sobre alimentação saudável. Mas, de fato, é um grande desafio saber como vamos dialogar com esse jovem o que a gente quer e que eles tenham ciência do quanto o ambiente interfere nas suas escolhas alimentares.

Falando na pandemia de COVID-19, o país viu o preço dos alimentos aumentar e muitos estabelecimentos do ramo de alimentação faliram. Diante disso, como você acredita que os gestores públicos podem auxiliar os pequenos produtores de alimentos nesse momento pensando inclusive na promoção de ambientes alimentares mais saudáveis?

Essa é uma questão muito importante. Como a gente quer estruturar, principalmente os centros urbanos, de modo que as pessoas tenham uma maior facilidade no acesso a alimentos saudáveis? Atualmente, vemos grande concentração de redes varejistas de alimentos nos grandes centros urbanos que vendem uma variedade muito grande de ultraprocessados. O que nós temos discutido muito nesse cenário de ambientes alimentares é: como articular diversos setores como o abastecimento, a saúde, a agricultura e a economia para fomentar ambientes alimentares que proporcionem escolhas alimentares mais saudáveis para a população? Como é que a gente dialoga com o setor do abastecimento sobre a importância do acesso às feiras livres e a reformulação

e modernização de mercados municipais públicos no sentido de promoverem alimentos saudáveis?

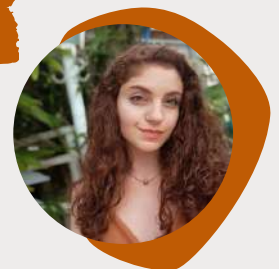
Eu tive experiências importantes de aproximação com o setor de abastecimento em meu pós-doutorado ao realizar o diagnóstico do ambiente alimentar de um município do interior de São Paulo e, com isso, conseguimos levar para esse município a discussão de que o ambiente alimentar pode ser promotor da saúde ou de obesidade e outras doenças crônicas não transmissíveis, dependendo de como está configurado em uma região. Então, é preciso que o gestor entenda como é que vai analisar esse ambiente alimentar. É preciso fornecer ferramentas de avaliação do ambiente alimentar. Por exemplo, nós desenvolvemos um escore para avaliação, o AUDITNOVA, que é um instrumento de auditoria do ambiente alimentar. Talvez seja uma ferramenta que os gestores precisam para se inteirar mais e possam ter a noção de qual é a realidade. Muitas vezes, uma central enxerga os

locais que são de responsabilidade própria (ex: feira livre e sacolão público), mas não consegue visualizar no mapa todos os estabelecimentos que vão competir com aqueles públicos, e não avança no sentido de deixar a distribuição no território mais igualitária.

E aí, considerando as cadeias curtas de produção, o apoio ao pequeno produtor, tem uma série de estratégias. Lançamos um caderno só pro gestor, publicado pela Faculdade de Saúde Pública da USP (*Comércio de alimentos saudáveis: um guia de ações para gestores e comerciantes varejistas promoverem um ambiente alimentar saudável na comunidade*), com mais de trinta estratégias que podem ser usadas para fomentar essa promoção da alimentação saudável dentro desse ambiente e nessa outra rede de produtores e fornecedores que tem no município. Mas claro, parte primeiro do diagnóstico, de conhecer o seu próprio território, pensando no desenvolvimento de políticas públicas.

SOBRE OS AUTORES

GABRIELLA MANZINI PRADO é técnica em Nutrição e Dietética e graduanda em Nutrição pela FSP-USP
@gabi_pman



MATEUS HENRIQUE AMARAL é biólogo, mestre e doutorando em Ciências pelo Programa de Pós-graduação em Saúde Pública da FSP/USP
@mateush.amaral



O bem viver:

uma oportunidade para imaginar outros mundos

ALICIA SEI

O conceito de Bem Viver relaciona-se com a expressão kichwa (Equador) *sumak kawsay*, que significa vida em plenitude, a excelência, o melhor. A partir desta essência, o livro *O bem viver: uma oportunidade para imaginar outros mundos*, de Alberto Acosta, argumenta sobre a necessidade de criar novos modelos de Estado baseados na plurinacionalidade, nos Direitos Humanos e nos Direitos da Natureza para a construção de uma vida plena.

De acordo com Acosta, uma sociedade baseada no Bem Viver tem como foco o biocentrismo – tudo o que forma a biosfera tem valor igual no universo – e não mais o antropocentrismo – concepção ideológica em que o ser humano está no centro do universo. Isso não quer dizer que o ser humano deixa de ter importância, mas sim que ele retoma seu lugar de pertencimento à natureza e as decisões são tomadas considerando que se

a natureza não for preservada, o homem também não será.

O livro traz dados e contextualizações históricas para entendimento da atual construção da sociedade, fala sobre os avanços da Bolívia e do Equador na formação de uma sociedade baseada no Bem Viver e traz referenciais teóricos atuais e relevantes de pesquisadores que têm buscado alternativas para construir essa nova forma de viver levando em conta aspectos sociais, econômicos, políticos e culturais, viabilizando a soberania nesses quesitos – e a alimentação perpassa todos eles.

Essa obra nos instiga a construir uma sociedade que prioriza o desenvolvimento humano, a sustentabilidade e a pluralidade, incluindo a alimentar. Grandes transformações estruturais levam tempo e Acosta nos convida a abrir nosso campo de visão e a encontrar formas para o Bem Viver para esta e gerações futuras.



SOBRE A AUTORA

ALICIA SEI é comunicadora social e especialista em Gastronomia Funcional. Atualmente é chef de cozinha na Bem Comer & Viver @bemcomerviver

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

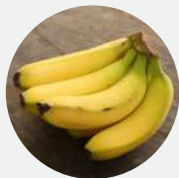


Couve



Espinafre

SETEMBRO



Banana prata



Manga Haden



Maracujá



Nêspera



Tamarindo



Uva Crimson



Alface lisa



Berinjela jap.



Cenoura



Couve-flor



Rabanete



Shimeji

Pelo Direito Humano à Alimentação Adequada: conheça o Banco de Alimentos de Osasco

Prefeitura Municipal de Osasco [internet]. Programa Nosso Futuro. Osasco; c2022 [acesso em 29 jun 2022]. Disponível em: <https://osasco.sp.gov.br/nossofuturo/>

Objetivos de Desenvolvimento Sustentável e ambientes alimentares: qual a relação?

Costa BVL, Freitas PP, Menezes MC, Guimarães LMF, Ferreira LF, Alves MSC, et al. Ambiente alimentar: validação de método de mensuração e caracterização em território com o Programa Academia da Saúde. *Cad Saúde Pública*. 2018; 34(9):e00168817.

Garbin A [internet]. O sistema alimentar e sua complexidade. São Paulo; c2022 [acesso em 29 jun 2022]. Disponível em: <https://www.fsp.usp.br/sustentarea/2022/04/27/elementor-11717/>

Gonçalves MR, Elias FTS, Silva ET. Ambiente alimentar: entendendo o conceito e as perspectivas de aplicação no Brasil. *Rev Alim Cult Américas*. 2020;2(1):44-59.

Machado A [internet]. Como os ODS podem contribuir para um sistema alimentar mais justo e sustentável? São Paulo; c2022 [acesso em 29 jun 2022]. Disponível em: <https://www.fsp.usp.br/sustentarea/2022/05/09/como-os-ods-podem-contribuir-para-um-sistema-alimentar-mais-justo-e-sustentavel/>

Nações Unidas Brasil [internet]. Objetivos de Desenvolvimento Sustentável. Brasília; c2022 [acesso em 29 jun 2022]. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/sdgs>

Roma JC. Os objetivos de desenvolvimento do milênio e sua transição para os objetivos de desenvolvimento sustentável. *Cienc Cult*. 2019;71(1):33-9.

Do delivery para o restaurante do bairro: uma troca que vale a pena

Botelho LV, Cardoso LO, Canella DS. COVID-19 e ambiente alimentar digital no Brasil: reflexões sobre a influência da pandemia no uso de aplicativos de delivery de comida. *Cad Saúde Pública*. 2020;36(11):e00148020.

Glanz K, Sallis JF, Saelens BE, Frank LD. Healthy nutrition environments: concepts and measures. *Am J Health Promot*. 2005;19(5):330-3.

Ambientes alimentares: o que são e como influenciam o consumo de alimentos

Augusto NA, Jaime PC, Loch MR. Espaço geográfico urbano e consumo de frutas e hortaliças: Pesquisa Nacional de Saúde 2013. *Ciênc Saúde Coletiva*. 2022;27(4):1491-1502.

Borges CA, Gabe KT, Canella DS, Jaime PC. Caracterização das barreiras e facilitadores para alimentação adequada e saudável no ambiente alimentar do consumidor. *Cad Saúde Pública*. 2021;37(Supl. 1):e00157020.

- Franco JV, Garcia MT, Canella DS, Louzada IR, Bógus CM. Ambiente alimentar de estações de metrô: um estudo no município de São Paulo, Brasil. *Ciênc Saúde Coletiva*. 2021;26(8):3187-98.
- Glanz K, Sallis JF, Saelens BE, Frank LD. Healthy nutrition environments: concepts and measures. *Am J Health Promot*. 2005;19(5):330-3.
- Gonçalves MR, Elias FTS, Silva ET. Ambiente alimentar: entendendo o conceito e as perspectivas de aplicação no Brasil. *Rev Alim Cult Américas*. 2020;2(1):44-59.
- Henriques P, Alvarenga CRT, Ferreira DM, Dias PC, Soares DSB, Barbosa RMS, et al. Ambiente alimentar do entorno de escolas públicas e privadas: oportunidade ou desafio para alimentação saudável? *Ciênc Saúde Coletiva*. 2022;26(8):3135-45.
- Kawata A, Milla BC, Pastrelo ED, Freitas JB, Figueiredo LCR, Kuada LC, et al. Produção e disponibilidade de alimentos no Município de São Paulo. São Paulo: SMUL; 2021. (Informes Urbanos; 49).
- Lopes ACS, Menezes MC, Araújo ML. O ambiente alimentar e o acesso a frutas e hortaliças: “Uma metrópole em perspectiva”. *Saúde Soc*. 2017;26(3):764-73.
- Peres CMC, Costa BVL, Pessoa MC, Honório OS, Carmo AR, Silva TPR, et al. O ambiente alimentar comunitário e a presença de pântanos alimentares no entorno das escolas de uma metrópole brasileira. *Cad Saúde Pública*. 2021;37(5):e00205120.

Como evitar o desperdício de alimentos?

- Fruta Feia [internet]. Início; c2022 [acesso em 10 maio 2022]. Disponível em: <https://frutafeia.pt/pt>
- Fruta Imperfeita [internet]. Sobre; c2022 [acesso em 10 maio 2022]. Disponível em: <https://frutaimperfeita.com.br/?pagina=sobre>
- Nações Unidas [internet]. ONU divulga guia revisado para evitar desperdício de alimentos durante festas; c2021 [acesso em 25 jun 2022]. Disponível em: <https://news.un.org/pt/story/2021/12/1774212>
- ODS Brasil [internet]. Objetivo 12 - Consumo e Produção Responsáveis; c2022 [acesso em 25 jun 2022]. Disponível em: <https://odsbrasil.gov.br/objetivo/objetivo?n=12>
- Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura [internet]. FAO apresenta avanços no combate às perdas e ao desperdício de alimentos. 2022 [acesso em 25 jun 2022]. Disponível em: <https://www.fao.org/brasil/noticias/detail-events/pt/c/1062706/>
- Sesc Rio [internet]. Mesa Brasil Sesc; c2022 [acesso em 10 maio 2022]. Disponível em: <https://www.sescrrio.org.br/mesa-brasil/>



www.fsp.usp.br/revistasustentarea

facebook.com/sustentarea

@sustentarea