

O GUIA ALIMENTAR BRASILEIRO COMO INSTRUMENTO PARA UMA ALIMENTAÇÃO SUSTENTÁVEL NA PRÁTICA

AMANDA FORQUIM CETOLIN¹
ROSAURA ESPÍRITO SANTO SILVA²

¹*Universidade Federal de Pelotas – amandacetolin5@gmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – rosaura.silva@ufpel.edu.br*

1. INTRODUÇÃO

Em 2006, o Ministério da Saúde publicou a primeira versão do Guia Alimentar para a População Brasileira e, com isso, atende à recomendação da Organização Mundial da Saúde (OMS) de que os governos devem formular orientações, para que a sua população tenha acesso às informações de como seguir uma dieta alimentar saudável e nutritiva, vez que o acesso à uma alimentação saudável é um direito básico, e só é possível exercer tal acesso quando existem orientações e recomendações que facilitam esse ato.

O Guia Alimentar tem como objetivo ser um instrumento gratuito que facilita e populariza o acesso à informação de como exercer uma alimentação saudável e nutritiva, com o uso de uma linguagem acessível para a população brasileira como um todo. Para isso, ao elaborar esse instrumento, foram os seguintes itens os principais pontos de estudo: a cultura alimentar brasileira e os saberes das formas de preparo conhecidas, a cadeia de produção (desde as características do plantio e modo de preparo, até os meios de distribuição), os valores nutricionais dos alimentos e a disponibilidade desses, além dos impactos ambientais e sociais causados pelos diferentes tipos de produção.

Em sua última atualização, em 2014, os alimentos foram divididos em quatro categorias. As categorias utilizadas no trabalho foram as seguintes:

Primeira categoria: in natura - obtidos diretamente de plantas ou animais sem sofrer alterações depois de retirados da natureza; minimamente processados - alimentos in natura que sofreram alterações mínimas (como empacotamento, moagem e congelamento);

Quarta categoria: ultra processados - são adicionadas formulações industriais que podem ou não ser sintéticas, muitas vezes com a função de tornar o alimento mais atrativo, e não mais nutritivo, e quando há alimentos in natura ou minimamente processados na composição, são em proporções reduzidas;

O impacto ambiental causado durante a cadeia de produção dos alimentos é um pilar importante para essa classificação, e os aspectos que definem esse impacto são: uso de fertilizantes orgânicos ou sintéticos, uso de sementes comuns ou transgênicas, produção e tratamento dos resíduos, grau de processamento dos alimentos, gasto em água e energia, plantio proveniente de agricultura familiar ou monocultura, processamento mínimo dos alimentos realizados pelos próprios agricultores ou por indústrias locais, ou por grandes indústrias, proximidade entre local produzido e consumidor final, entre outros.

Entre outros aspectos, o Guia privilegia alimentos ambientalmente corretos, ou seja, quanto mais próximo da primeira classificação, mais sustentável o alimento é, e quanto mais próximo da quarta classificação, mais prejudicial ao meio ambiente o alimento é, seguindo os aspectos de impacto ambiental considerados no Guia (citados acima) para tais definições.



É importante entender como essas diferenças acontecem na prática, como evidenciam-se em alimentos do dia a dia, e conhecer quais deles atendem as demandas sustentáveis, o que permite poder de escolha alimentar para a população, cuja a qual pode ter maior autonomia para entender como seu consumo impacta na promoção da sustentabilidade e no meio ambiente.

Neste trabalho de pesquisa serão analisados os contrastes entre a primeira categoria (alimentos minimamente processados) e a quarta categoria (alimentos ultraprocessados) dentro da perspectiva de alguns critérios ligados aos impactos socioambientais descritos anteriormente. O objetivo é entender como estes contrastes são visíveis (ou não visíveis) na prática, com as informações disponíveis no ato de compra do alimento ou nos canais de comunicação abertos ao consumidor, e entender como esses contrastes estão de acordo com a classificação estabelecida pelo Guia Alimentar Brasileiro.

2. METODOLOGIA

As informações foram obtidas a partir de uma pesquisa de campo de análise das embalagens de alimentos disponíveis em um supermercado localizado na área central de Pelotas, com a aplicação de um questionário (instrumento de pesquisa utilizado). O local escolhido foi um supermercado pela disponibilidade de diversos alimentos minimamente processados e ultraprocessados, o que permite uma análise maior.

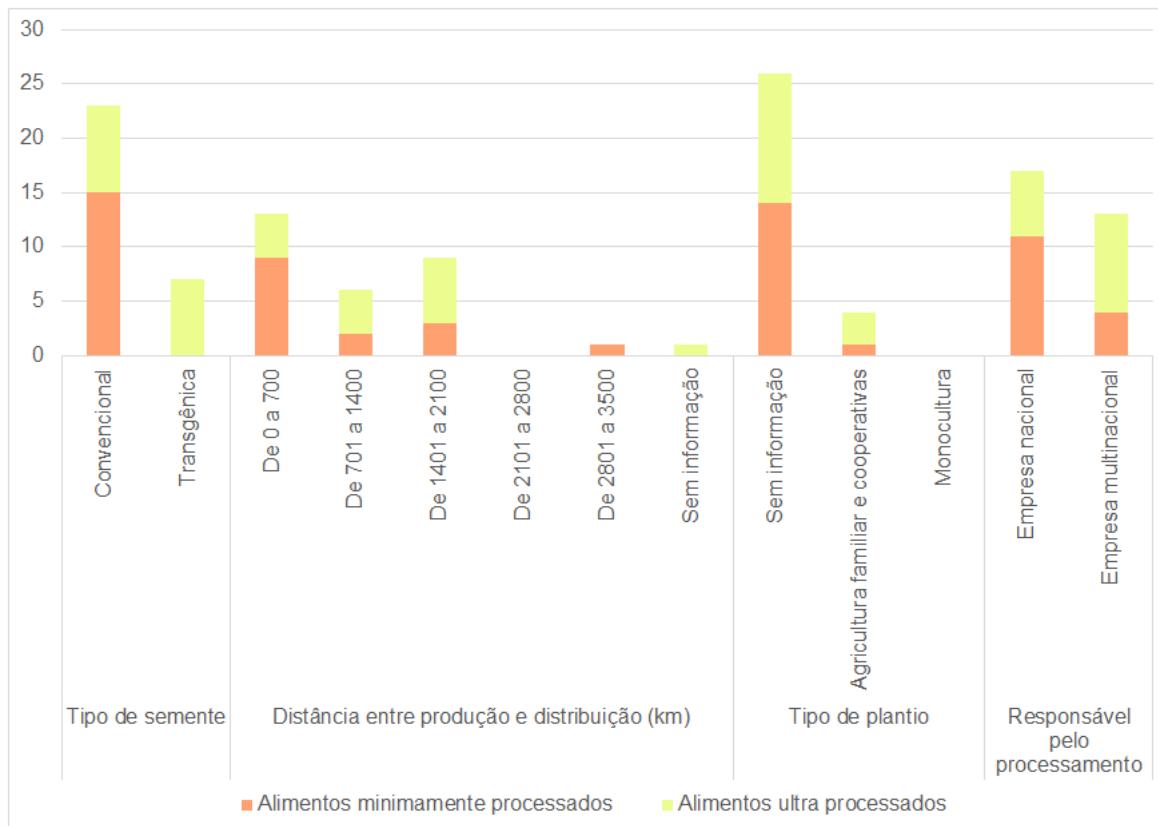
Os objetos de pesquisa foram as embalagens dos alimentos minimamente processados e ultraprocessados escolhidos, e o critério de escolha foi aleatoriedade. Também foram utilizadas informações disponíveis nos canais abertos de comunicação com o consumidor. Quem realizou a pesquisa foi Amanda Forquim Cetolin, discente da Universidade Federal de Pelotas (UFPel).

Os Itens do questionário foram: classificação (minimamente processados ou ultraprocessados); tipo de semente (comum ou transgênica); relação entre onde foi produzido e onde é distribuído (distância em quilômetros); tipo de plantio (agricultura familiar ou monocultura); responsável pelo processamento (empresa nacional ou empresa multinacional). Para demonstrar os dados obtidos, foi construído um gráfico de colunas.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao todo foram analisadas 30 (trinta) embalagens de diferentes alimentos, metade categorizados como minimamente processados, e metade categorizados como ultraprocessados. Após a coleta dos dados nas embalagens (e nos canais de comunicação) dos alimentos selecionados, foram transcritas no Gráfico-1 abaixo as respostas obtidas através do questionário aplicado:

Gráfico-1: Cadeia de produção de alimentos minimamente processados e ultra processados, com enfoque no âmbito sustentável.



O seguinte foi observado nos alimentos minimamente processados: não foram encontradas informações sobre a presença transgênicos; as distâncias entre local de produção e distribuição são predominantemente próximas, e os quatro produtos com mais de 1401 quilômetros de distância são de grandes empresas multinacionais; o tipo de plantio só foi identificado em um dos alimentos; e em grande parte, os alimentos pertencem a empresas nacionais.

Já nos alimentos ultraprocessados foi observado que: há frequente presença de transgênicos; a maior parte dos produtos foram produzidos a partir de 701 quilômetros do local de distribuição; dois dos alimentos com informação de plantio (agricultura familiar e cooperativas) são de uma empresa nacional do ramo de farinhas e misturas para bolo; e em grande parte, as empresas multinacionais foram as responsáveis pelo processamento desses alimentos.

4. CONCLUSÕES

Existe grande dificuldade de encontrar informações sobre a cadeia de produção nas embalagens, e essa dificuldade evidencia-se com destaque em alimentos ultraprocessados, vez que são utilizadas letras com fontes pequenas, com informações acumuladas em um pequeno espaço, e por isso a leitura é dificultada, ou até inacessível. Além disso, o tipo de plantio frequentemente não é evidente ao público, de ambas categorias analisadas.

Há alimentos ultraprocessados mais sustentáveis do que alimentos minimamente processados, segundo os critérios analisados do Guia Alimentar Brasileiro (como uma barra de chocolate de uma marca com influência alemã, de produção proveniente da agricultura familiar, com comprometimento e responsabilidade socioambiental). Também há alimentos minimamente processados que são menos sustentáveis que o padrão observado.



Apesar das exceções, na cadeia de produção dos alimentos minimamente processados, são predominantes: sementes convencionais, relação entre produção e distribuição com distâncias menores, e processamento por indústrias nacionais. Enquanto na cadeia de ultraprocessados foi evidenciado: grande presença de transgênicos, relação entre produção e distribuição com distâncias maiores, e processamento predominante por indústrias multinacionais. Outra observação pertinente é que os produtos minimamente processados com características menos sustentáveis estão associados a empresas multinacionais, enquanto alimentos ultraprocessados com características mais sustentáveis estão associados a empresas nacionais.

Portanto é possível concluir que, no âmbito geral dos produtos analisados segundo os parâmetros já expostos, é possível estabelecer uma relação entre as categorias utilizadas pelo Guia Alimentar Brasileiro e a sustentabilidade.

Para além disso, é necessário que as embalagens apresentem mais informações acerca dos processos produtivos, mas também é importante que essas informações estejam presentes de forma acessível e legível, para que o consumidor final tenha a autonomia de escolher seus alimentos baseado também em impactos ambientais.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Brasil. Ministério da Saúde (MS). Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira. 2^a ed. Brasília: MS; 2014.

Brasil. Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento. Portaria 2658/2003 - 26/12/2003. Disponível em: <https://www.gov.br/agricultura/pt-br/assuntos/insumos-agropecuarios/insumos-pecuarios/alimentacao-animal/arquivos-alimentacao-animal/legislacao/portaria-no-2-658-de-22-de-dezembro-de-2003.pdf>. Acesso em agosto/2023.