De onde vem meu alimento?

pragmatha

Berenice Vahl Vaniel
Carmem Rejane Pacheco Porto
Júlia Graziela Puntel
(Organizadores)

De onde vem meu alimento?

Pragmatha
São Paulo
2022

Pragmatha Editora
www.pragmatha.com.br

Edição: Sandra Veroneze
Revisão: Cleia Dröse
Identidade Visual e diagramação: Pragmatha
Ilustração: André Alves Pinto
Copyright: Dos Organizadores
Logomarca: Andressa Nunes Martins

Todos os direitos reservados.

Proibida a reprodução total ou parcial
sem a expressa autorização.

Dados Internacionais de Catalogação
D278 De onde vem (meu) alimento? / Berenice Vahl Vaniel, Carmem Rejane Pacheco Porto [e] Júlia Graziela Puntel (organizadores) – São Paulo: Pragmatha, 2022.
16 p. : il. color. ; 14 x 21 cm.
ISBN 978-85-8434-118-4 (Impresso)
ISBN 978-85-8434-119-1 (Ebook)
1.Hábitos alimentares. 2.Alimentos. 3.Agricultura sustentável. 4.Agricultura familiar. 5.Agricultura orgânica. I.Vaniel, Berenice Vahl. II.Porto, Carmem Rejane Pacheco. III.Puntel, Júlia Graziela.

CDU 613.2
CDD 641.3
641.305

Catalogação na publicação:
Bibliotecária Carla Maria Goulart de Moraes – CRB 10/1252

Autores do e-book
“De onde vem meu alimento":

Carmem Rejane Pacheco Porto
Júlia Graziela Puntel
Marcelo Tempel Stumpf
Kaio Fernando Ferreira Nunes
Thielle Vieira Pinho
Juliana Franz Dalmann
Bruno Miguel de Souza Medeiros

Sumário

Apresentação / 07

A origem do alimento / 08

De onde vem o alimento que chega na sua e na minha cidade? Qual caminho ele percorreu? / 09

Como adquirimos nossos hábitos de consumo alimentar? / 11

Agricultura familiar e Agroecologia / 13

Apresentação

Você sabe de onde vêm os alimentos que são consumidos em sua casa, em seu trabalho, na escola e no restaurante que você e sua família frequentam?

Nessa cartilha, vamos compreender de onde vêm os alimentos e como adquirimos os hábitos de consumo alimentar, além da importância de saber o que comemos.

Para isso, vamos entender a origem dos alimentos e o caminho percorrido por eles até chegar à sua mesa e a importância de saber o que comemos e perceber como isso reflete nos nossos hábitos de consumo alimentar.

Entre as diferentes agriculturas de base familiar é na Agroecologia que encontramos alimentos saudáveis e sustentáveis.

A origem do alimento

Você já se questionou de onde vem o seu alimento? Pois é, comer é algo natural, necessário para a sobrevivência da espécie humana; no entanto, saber a origem do nosso alimento faz com que possamos tomar diferentes decisões na hora de escolher o que consumir.

A produção de alimentos começa, principalmente, no campo, com as diferentes agriculturas que estão presentes nesse espaço.

Na agricultura empresarial, a produção acontece em larga escala, utiliza pacotes tecnológicos, com elevada mecanização, uso exacerbado de agrotóxicos, fertilizantes sintéticos e focada no cultivo de commodities e em monoculturas.

De onde vem o alimento que chega na sua e na minha cidade? Qual caminho ele percorreu?

Hoje em dia, a maioria das pessoas não sabe onde os alimentos, que chegam à nossa mesa, são produzidos e, muito menos, possui contato com quem os produziu. O alimento é uma necessidade básica e é também, na atual sociedade, um objeto de consumo. O poder por meio do estômago!

Existem muitos caminhos que os alimentos podem percorrer, tudo depende de onde compramos e o tipo de alimento que queremos consumir.

Quando o caminho não passa pela indústria, chamamos o alimento de in natura ou minimamente processado. Aqueles que passam pela indústria, os ultraprocessados, passam por tantas modificações em sua composição que deixam de ser alimentos de verdade e passam a ser “produtos químicos comestíveis”.

Dentro de cada um desses caminhos, diversos fatores influenciam o alimento até chegar ao prato. Um exemplo é o tipo de cultivo realizado: plantação orgânica e agroecológica ou convencional.O caminho que o alimento percorre até nossas mesas é, por muitas vezes, longo, principalmente se consumirmos somente em grandes redes de supermercados, mas principalmente se não prestarmos atenção nos alimentos que não são de época ou que não são cultivados na região.

Entretanto, se o consumo for em feiras livres, principalmente aquelas que comercializam produtos orgânicos e agroecológicos, o trajeto do alimento é menor, já que este tipo de comércio é efetuado com um ou nenhum atravessador, ou seja, diretamente com o produtor e produtora em circuitos curtos.

Este sistema permite no máximo um intermediário, envolvendo proximidade geográfica, que facilita a distribuição, transporte e gestão das vendas, nos quais há uma relação de proximidade entre quem consome com quem produz, fortalecendo a agricultura local e regional.

Os consumidores buscam, neste tipo de sistema, alimentos que foram produzidos com respeito ao homem e à natureza, além de preço justo, segurança alimentar, nutricional e soberania alimentar, que é o ato de poder decidir o que produzir, como comercializar e o que comer.

Por isso, reforçamos a importância de consumir alimentos advindos da agricultura de base familiar. Fazemos bem a nós e a um grupo de pessoas que se dedica a produzir com qualidade a nossa comida.

Como adquirimos nossos hábitos de consumo alimentar?

A modernização da agricultura, a globalização, as apropriações e substituições industriais do processo de produção rural e do produto, ou seja, tudo que antes era feito de uma forma relativamente artesanal é modificado, com as substituições e adições de ingredientes químicos, que aumentam a validade e modificam o sabor dos alimentos.

A praticidade de encontrar no supermercado uma diversidade de produtos se soma à correria do mundo atual associada à falta de tempo para comer, ocasionando a preferência por comidas rápidas e produtos industrializados, ao invés de uma alimentação balanceada. Estas são algumas, entre muitas razões, das mudanças nos hábitos de consumo alimentar da sociedade.

A comida faz parte do nosso dia a dia e é algo vital a nossa sobrevivência; precisamos dos nutrientes que os alimentos nos oferecem para manter uma vida saudável. No entanto, nunca estivemos tão distantes do real significado do ato de comer; as pessoas se esquecem de que alimentar-se bem vai muito além de um simples prato de comida.

Alimentação pode ser sinônimo de opressão. Ou de resistência. Em todas as relações humanas, lá está a comida. E lá está a política. Lá está o poder. Se as grandes corporações, as redes de supermercados e a mídia assumem o papel de nos educar em relação ao que vai parar no nosso prato, isso também é poder!

Diversos são os fatores que influenciam a formação dos hábitos de consumo alimentar. Entre eles podemos citar fatores sociais e culturais. São exemplos: o nível socioeconômico, escolaridade, crenças, costumes familiares, aspectos religiosos e filosóficos, e o acesso às informações.

A mídia, de uma forma geral, reflete o ambiente do indivíduo e o influencia diretamente nas suas escolhas alimentares, ou seja, se a televisão diz que produtos ultraprocessados são bons, as pessoas acreditam e consomem. Existe uma disputa pelo significado das palavras e pelo afeto dos nossos estômagos.

Agricultura familiar e Agroecologia

Quando ouvimos a palavra “Agroecologia”, nem sempre conseguimos enxergar ou perceber a riqueza que ela carrega em cada sílaba.

A Agroecologia é compreendida como uma forma sustentável de produção de alimentos, uma concepção de mundo, de vida e uma forma de resistência ao atual modelo hegemônico de agricultura.

A Agroecologia é desenvolvida por agricultores e agricultoras familiares de diferentes regiões, etnias e culturas, gera uma gama de novas relações do ser humano consigo e com a natureza, para a produção de alimentos e reprodução material da vida social.

Nessa medida, a produção agroecológica assume o significado de resistência à agricultura capitalista e ou de larga escala.

Nós, como consumidores, devemos apoiar a agricultura de base familiar e agroecológica, porque há benefícios reais ao consumir produtos que têm sua origem em pequenas e médias propriedades, mas que se engrandecem pelo valor dos alimentos que produz.

As propriedades familiares têm mais probabilidade de produzir alimentos seguros e frescos sem o uso excessivo de agrotóxicos. Portanto, os alimentos são mais saudáveis e com maior índice nutricional.

A agricultura de base familiar pratica a policultura, ou seja, uma maior variedade de alimentos. Sendo assim, os agricultores ajudam a manter viva a diversidade das plantas e a preservação do solo.

No contexto da agricultura familiar, a maioria das famílias é dona da própria terra, onde vive, trabalha, produz e reproduz seus costumes e hábitos herdados e repassados de geração em geração, reconhecido como “modo de fazer”.

As práticas agroecológicas preocupam-se com a preservação ambiental e a utilização consciente dos recursos naturais. Nessas práticas, são utilizadas técnicas que protegem a terra e a saúde da comunidade.

As pessoas estão cada vez mais conscientes da importância de uma alimentação saudável, com menos agrotóxicos e substâncias químicas na composição dos alimentos. Isso ocorre, principalmente, devido ao fato de o sistema alimentar que tem sido imposto se mostrar maléfico à saúde humana, ao bem viver das comunidades e extremamente agressivo ao meio ambiente.

É por esses e tantos outros motivos que a agricultura de base familiar e agroecológica tem se mostrado como uma importante solução para os desafios mundiais de fome, saúde, mudanças climáticas, destruição ambiental e desigualdade social.

Devemos apoiá-la sempre e cada vez mais!

Referências bibliográficas consultadas

SCHNEIDER, S. ; GAZOLLA, M. **Cadeias curtas e redes agroalimentares alternativas**: negócios e mercados da agricultura familiar. 1ed.Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2017, 520 p.

DAROLT, M. R.; LAMINE, C.; RANDEMBURG, A. **A diversidade dos circuitos curtos de alimentos ecológicos**: ensinamentos do caso brasileiro e francês. Revista 25 Agriculturas, v. 10, n. 2, p. 8-13, 2013.

GOODMAN, D., SORJ, B., and WILKINSON, J. Da lavoura às biotecnologias: agricultura e indústria no sistema internacional [online]. Rio de Janeiro: **Centro Edelstein de Pesquisas Sociais**, 2008. 204 p. ISBN: 978-85-9966-229-8. Available from SciELO Books http://books.scielo.org

NIEDERLE, P. A.; ALMEIDA, L. VEZZANI, F. M. (Orgs.). **Agroecologia**: práticas, mercados e políticas para uma nova agricultura, Curitiba :Kairós, 2013. 393 p.

NIEDERLE, P. A.; WESZ JUNIOR, W. J. **As novas ordens alimentares**. Editora da UFRGS, 2018.

GRISA, C.; CONTERATO, M. A. **A produção para o autoconsumo no Brasil**: entre a importância econômica e o reconhecimento social. 49° Congresso da SOBER. Sociedade Brasileira de Economia, Administração e Sociologia Rural.

PREISS, P. V.; SCHNEIDER, S.; SOUZA, G. C. de. A segurança alimentar e nutricional no Brasil: apresentando o debate. In **A Contribuição brasileira à segurança alimentar e nutricional sustentável**. Organizadores PREISS, P. V.; SCHNEIDER, S.; SOUZA, G. C. de. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2020. 275 p.: Belo Horizonte, 2011.