



**CONVISA RIO**



**1ª CONFERÊNCIA NACIONAL  
DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA,  
VIGILÂNCIA EM ZONOSSES E  
INSPEÇÃO AGROPECUÁRIA DA  
CIDADE DO RIO DE JANEIRO**

**6, 7 e 8 de agosto, de 9h as 18h**

**[www.convisa.rio](http://www.convisa.rio)**



# **Alimentação, Nutrição e Sustentabilidade**

**Rosicler Dennanni Rodriguez**

# Referências Bibliográficas

- AKATU Instituto. Consumo consciente para um futuro sustentável. Disponível em: <<http://www.akatu.org.br>>.
- BARBOSA, Fabio. As diferentes visões sobre sustentabilidade. HSM ONLINE 2010. Disponível em: <http://darleisimioni.blogspot.com.br/2010/09/fabio-barbosa-as-diferentes-visoes.html>
- COMISSÃO MUNDIAL SOBRE MEIO AMBIENTE E DESENVOLVIMENTO. Nosso futuro comum. 2ª ed. Rio de Janeiro: Editora da Fundação Getúlio Vargas, 1991. Disponível em: <<http://www.cmqv.org/website/artigo.asp?cod=1461&idi=1&moe=212&id=17074>>
- COSTELLO A, Abbas M, Allen A, Ball S, Bell S, Bellamy R, et al. Managing the health effects of climate change. *Lancet*, 2009; 373:1693-733.
- ESTUDO NEXT: Sete desafios de saúde e sustentabilidade. Revista Ideia Sustentável. Ano 10. Outubro de 2014. Edição 37. Pgs. 8, 15 e 76.
- Food and Agriculture Organisation. Final document: International Scientific Symposium Biodiversity and Sustainable Diets: United against Hunger. 3-5 November 2010, FAO Headquarters, Rome [Internet]. Rome: FAO; 2010 [15 Nov 2014]. Disponível em: <http://www.fao.org/ag/humannutrition/23781-0e8d8dc364ee46865d5841c48976e9980>
- FOGAÇA, Jennifer Rocha Vargas. "O que é sustentabilidade?"; Brasil Escola. Disponível em: <<http://brasilecola.uol.com.br/o-que-e/quimica/o-que-e-sustentabilidade.htm>>.
- GREEN RESTAURANT ASSOCIATION. *Certification Standards*. Disponível em: < <http://www.dinegreen.com/>>.
- GREEN KITCHEN. Programa Green Kitchen. Disponível em: < [www.greenkitchen.com.br](http://www.greenkitchen.com.br)>.
- INFOJOVEM. Descubra e aprenda sustentabilidade. Disponível em: <<http://www.infojovem.org.br/infopedia/descubra-e-aprenda/sustentabilidade/>>.

# Referências Bibliográficas

- ISO 26000:2010 e ABNT NBR 16001:2012. Disponível em: <[http://www.inmetro.gov.br/qualidade/responsabilidade\\_social/iso26000.asp](http://www.inmetro.gov.br/qualidade/responsabilidade_social/iso26000.asp)>. Acesso em 11/03/2017.
- MINISTÉRIO DA SAÚDE. Guia Alimentar da População Brasileira. Brasília, DF, 2014. Disponível em: <[http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/guia\\_alimentar\\_populacao\\_brasileira.pdf](http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira.pdf)>.
- NAVES, C.C.D; RECINE, E. A atuação profissional do nutricionista no contexto da Sustentabilidade. Brasília, DF, 2012. Disponível em: <<http://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/demetra/article/viewFile/6246/8819>>.
- NRA SHOW. *What's hot: Top 10 industry trends*. 2017. Disponível em: <<http://www.restaurant.org/News-Research/News/Whats-hot-Top-10-concept-trends>>
- OMS – FAO. *Plates, pyramids, planet. Developments in national healthy and sustainable dietary guidelines: a state of play assessment*. 2016. Disponível em: <<http://www.fao.org/3/a-i5640e.pdf>>.
- OMS – FAO. *Sustainable Diets and Biodiversity*. 2010. Disponível em: <<http://www.fao.org/docrep/016/i3004e/i3004e.pdf>>.
- OMS (Organização Mundial de Saúde). *Healthy and Sustainable Development: Key Health Trends*, 2002. Disponível em: <[http://www.who.int/mediacentre/events/HSD\\_Plaq\\_02.2\\_Gb\\_def1.pdf](http://www.who.int/mediacentre/events/HSD_Plaq_02.2_Gb_def1.pdf)>.
- ONUBR (Organização das Nações Unidas no Brasil). *17 Objetivos para transformar nosso mundo – Objetivos de desenvolvimento sustentável*, 2015. Disponível em: <<https://nacoesunidas.org/pos2015/>>.
- PASCHOAL, V. et al. *Nutrição funcional e Sustentabilidade: Alimentando um Mundo Saudável*. São Paulo. Valéria Paschoal Editora, 2017. 284 p.

# Referências Bibliográficas

- PATRICIO, K.P. et al. Alimentação sustentável nos hospitais: um guia para inspirar, empoderar e transformar. Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho), Faculdade de Medicina de Boticatu/Hospital das Clínicas, Center for Sustainable Healthcare, 2015. 19p.
- PLANETA SUSTENTÁVEL, Editora Abril. Meio Ambiente. Disponível em: <[http://planetasustentavel.abril.com.br/download/Pense\\_Bem\\_-\\_Meio\\_Ambiente.pdf](http://planetasustentavel.abril.com.br/download/Pense_Bem_-_Meio_Ambiente.pdf)>.
- PLANETA SUSTENTÁVEL, Editora Abril. Sustentabilidade é, sim saúde. Disponível em: <<http://planetasustentavel.abril.com.br/noticia/saude/sustentabilidade-sim-saude-738261.shtml>>.
- SECCO, Patricia Engel; CRUZ, Jamile Balaguer. Guia para cuidar bem do Planeta. São Paulo, Editora Melhoramentos, 2013.
- SUSTENTAREA. A Rede Alimentar. Disponível em: < <http://www.sustentarea.com.br/>>.
- VALVASSORI, S. Sustentabilidade na Produção de Refeições. Anotações de palestra.
- VOLTOLINI, Ricardo. As seis competências do líder sustentável. Disponível em: <<http://www.fiesp.com.br/noticias/consultor-explica-na-fiesp-seis-competencias-que-tornam-raros-os-lideres-sustentaveis/>>.
- WIKINS, J. *Civic dietetics: Opportunities for integrating civic agriculture concepts into dietetic practice*. Agric. Hum. Values. 2009; 26:57-66. Disponível em: <[https://www.researchgate.net/publication/225358792\\_Civic\\_dietetics\\_Opportunities\\_for\\_integrating\\_civic\\_agriculture\\_concepts\\_into\\_dietetic\\_practice](https://www.researchgate.net/publication/225358792_Civic_dietetics_Opportunities_for_integrating_civic_agriculture_concepts_into_dietetic_practice)>.

# Agenda



- ✓ Contexto Mundial e Tendências
- ✓ Sustentabilidade e Saúde
- ✓ Alimentação, Nutrição e Sustentabilidade
- ✓ Serviço de Alimentação Saudável
- ✓ Passos para uma Alimentação Saudável e Sustentável

CONVISA RIO





# Contexto Mundial e Tendências



# Criando o futuro



Avanços  
extraordinários

Ameaça / Oportunidade

“mudança” → exige inovação

Tecnologia

Ciência

31/10/2011

Bebê Nº 7 bilhões



2050 – 9 bilhões hab.



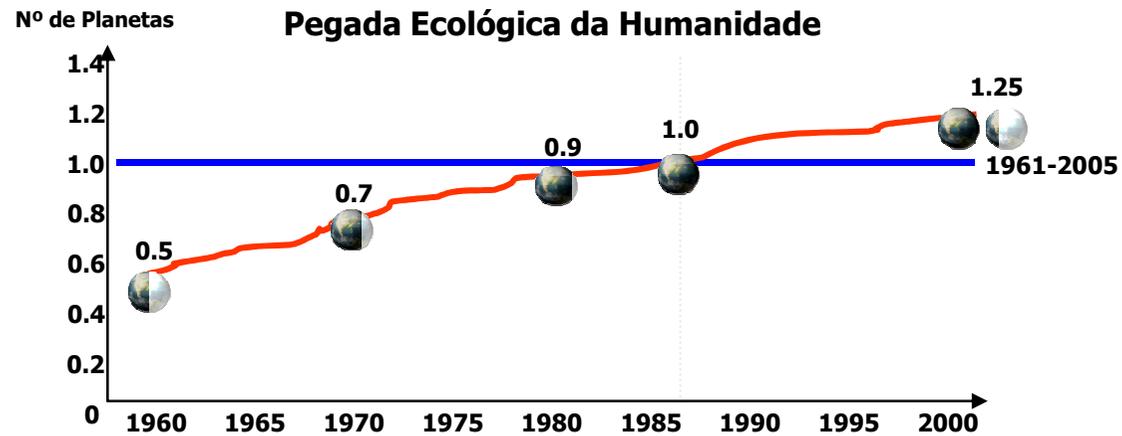
“Esta conta não fecha”

Planeta **incapaz de expandir sua oferta de recursos** na mesma velocidade do aumento de nossa demanda

CONVISA RIO

# Sustentabilidade do Planeta

Se toda a humanidade consumisse como nos países ricos, seriam necessários 4 planetas para suprir todo esse consumo

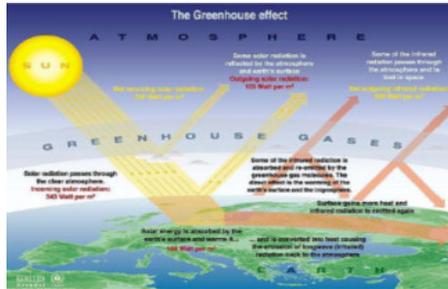


Fonte: Relatório Planeta Vivo 2006 – World Wide Foundation / Global Footprint Network <http://www.wwf.org.br/index.cfm?uNewsID=4400>

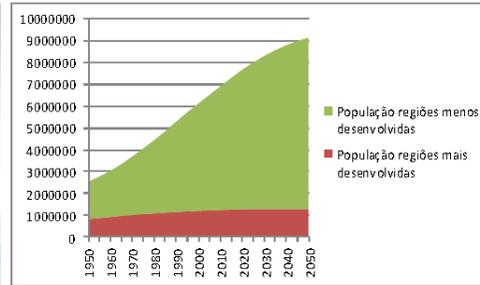
Claudio Boechat - Fundação Dom Cabral

CONVISA RIO

# Desafios globais



**Mudanças Climáticas**  
(Aquecimento Global / Efeito Estufa)



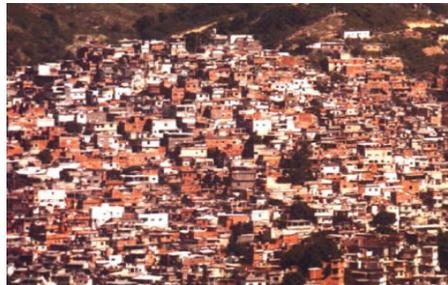
**Riqueza, Economia e Consumo**



**Biodiversidade e declínio dos ecossistemas**



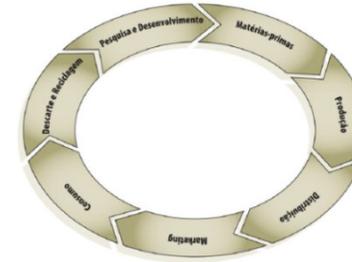
**Energia**



**Cidades e Urbanização (54%)**  
2050 → 66%



**Água**



**Escassez de Material**



**Comida**



# Perda e desperdício de alimentos



## Fome

aproximadamente  
**1 bilhão de pessoas**

Família Melander de Bargteheide –  
Alemanha – despesas  
com alimentação:  
**US\$ 500 /semana**



Família Aboubakar do  
Campo de Refugiados de  
Breidjing - Sudão -  
despesas com  
alimentação:  
**US\$ 1,23 /semana**



## Desperdício



**1/3 de toda comida (1.3 bi ton.)**  
é estragada ou desperdiçada antes de ser consumida  
pelas pessoas



A perda ou desperdício acontece em  
**toda a cadeia de suprimentos:** produção inicial →  
consumo final das famílias.

**(FAO) SAVE FOOD → ODS**

Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação  
+ org internacionais  
+ setor privado  
+ sociedade civil



## Dia da Sobrecarga – 01/08/2018

**Dia da Sobrecarga da Terra:** a cota de recursos naturais do planeta - em 2018 - esgotou em agosto



**Este ano, o Dia da Sobrecarga da Terra (*Earth Overshoot Day*) acontecerá em 29 de Julho, a data mais recente desde que o planeta entrou em sobrecarga pela primeira vez no início da década 1970**

Fonte: **Rede Global de Pegada Ecológica** (Global Footprint Network - GFN)

**CONVISA RIO**  


# Sociedade de consumo

## Últimas décadas:



Nossa **forma de pensar e agir** produziu uma **“sociedade de consumo”**

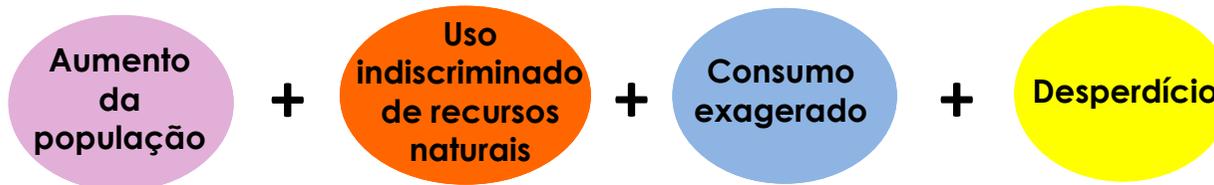
(oposto do desenvolvimento sustentável)



As indústrias e fábricas procuram **extrair o máximo de recursos do planeta** para acumular riquezas e **satisfazer o consumismo** exagerado da população, ocasionando  **muito desperdício**



Direcionamento das economias mundiais: **extrair, produzir, vender, utilizar e descartar**, sem se preocupar com a natureza e com as futuras gerações, como se os recursos naturais não tivessem fim



**Problemas Ambientais e Sociais**

(degradação do meio ambiente e aprofundamento da exclusão social)

CONVISA RIO





2012

- ✓ Reduzir a pobreza
- ✓ Repensar a produção / eco-eficiência

Algum crescimento econômico deve ser gerado → necessidade de **padrões sustentáveis de crescimento** e não crescimento zero

### A maioria dos países está nos extremos:

- Desenvolvidos: uso extremos dos recursos → **reduzir a pegada ecológica**
- Em desenvolvimento: devem crescer de maneira diferente – buscando o desenvolvimento sustentável → **economia verde**



### Economia verde:

- melhorar o bem-estar e a saúde
- aumentar a equidade social
- reduzir os riscos ambientais
- reduzir a escassez ecológica

CONVISA RIO

# conceito SUSTENTABILIDADE

1972

“**Sustentabilidade**” - Conferência das Nações Unidas sobre o Meio Ambiente Humano (Estocolmo)

1983

“**Desenvolvimento Sustentável**” – Comissão Mundial do Meio Ambiente e Desenvolvimento

1987

NOSSO FUTURO COMUM ou  
RELATÓRIO BRUNDTLAND

oficializou

*Desenvolvimento Sustentável: “equilíbrio que procura satisfazer as necessidades da geração atual sem comprometer a capacidade das gerações futuras satisfazerem as suas próprias necessidades”.*

CONVISA RIO



# SUSTENTABILIDADE & SAÚDE



## Gro Harlem Brundtland

*ex- primeira ministra da Noruega e  
coordenadora do relatório Nosso  
Futuro Comum (1987)*

*“Se desenvolvimento sustentável é aquele que garante as  
**melhores condições de vida** das gerações futuras,  
ele simplesmente não acontecerá se nossos netos e bisnetos tiverem sua  
saúde prejudicada por efeitos da escassez de recursos e das mudanças  
climáticas”.*

# SUSTENTABILIDADE & SAÚDE

O Princípio I da Declaração do Rio de Janeiro sobre o Meio Ambiente e Desenvolvimento (1992) afirma que:

*"Os seres humanos estão no **centro das preocupações do desenvolvimento sustentável. Têm direito a uma vida saudável e produtiva, em harmonia com a natureza**".*



A **saúde** tornou-se a mais central das preocupações no desenvolvimento e crescimento dos países, como **contribuinte** e como **indicador** do desenvolvimento sustentável.

Embora a saúde seja um valor em si mesmo, ela é fundamental para a **produtividade das nações** (OMS,2002).

Portanto, **saúde é parte indissociável do conceito de desenvolvimento sustentável**, considerando o indivíduo em sua complexidade, adicionando a dimensão ambiental.



# OBJETIVOS DE DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL

17 OBJETIVOS PARA TRANSFORMAR NOSSO MUNDO

= Agenda 2030 =



Lançado em **setembro de 2015** durante a **Cúpula de Desenvolvimento Sustentável**

- reflete os novos desafios de desenvolvimento e está ligada ao resultado da Rio+20 → a Conferência da ONU sobre Desenvolvimento Sustentável – junho/ 2012 - RJ



CONVISA RIO



# Alimentação, Nutrição e Sustentabilidade

# Nutrição e Sustentabilidade



Como será nosso futuro?



+



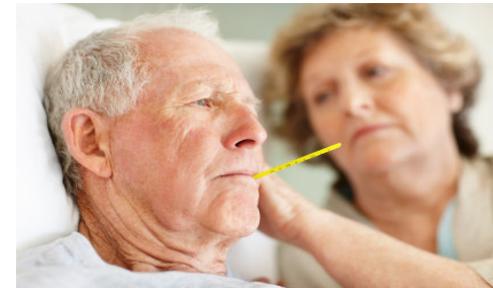
=



+



=



CONVISA RIO



# Como era nossa alimentação?

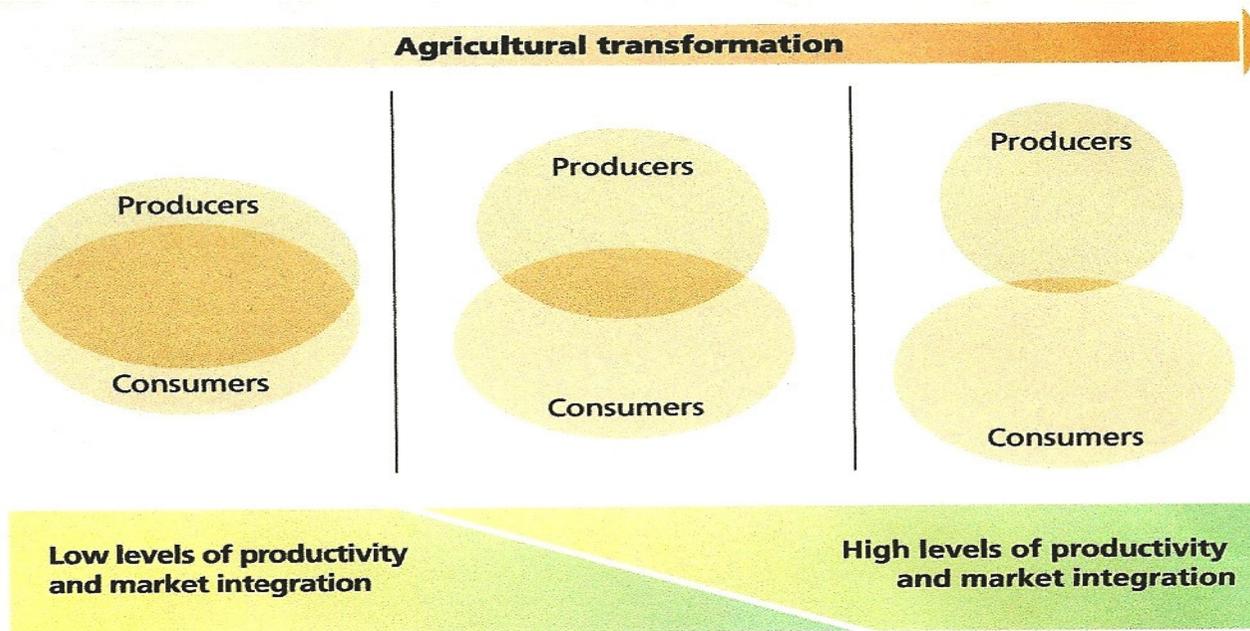


Fonte: Tatiana Matuk

CONVISA RIO



# O que mudou?



# Como anda a nossa alimentação?



CONVISA RIO

# Qualidade dos alimentos hoje



- Estímulo às monoculturas
- Matéria prima barata
- Desequilíbrio entre nutrientes
- Contaminantes químicos sintéticos
- Agrotóxicos
- Novas tecnologias

- Aumentar o tempo de prateleira dos produtos
- Reduzir o tempo de preparo para o consumidor
- Agregar ou subtrair nutrientes específicos
- Produzir variações de produtos a partir dos mesmos ingredientes



CONVISA RIO

Fonte: Tatiana Matuk

# 100 anos de mudança agrícola

- ❖ Desde 1900 → cerca de 75% da diversidade genética foi perdida
- ❖ Mais recentemente → 75% dos alimentos do mundo são gerados por apenas 12 plantas e 5 espécies de animais.



- ❖ Apenas 150 a 200 espécies comestíveis são utilizadas pelos humanos e somente 3 (arroz, milho e trigo) contribuem com quase 60% das calorias e proteínas de fonte vegetal



Food and Agriculture  
Organization of the  
United Nations

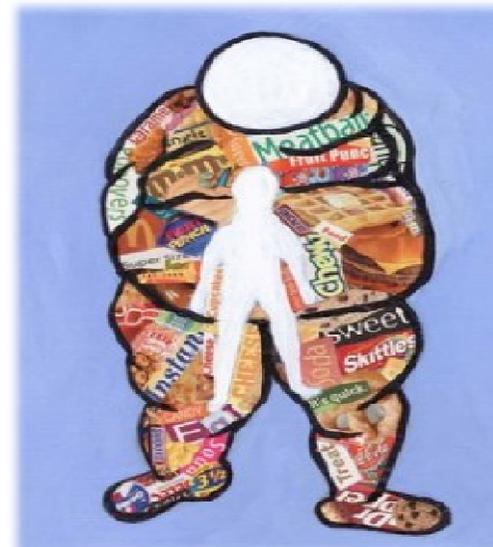
CONVISA RIO



# Impactos à saúde humana

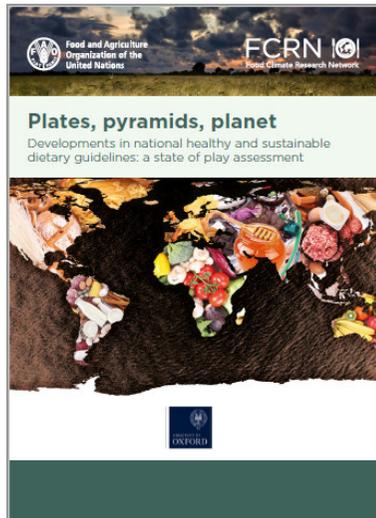


↑ expectativa vida  
↓ desnutrição infantil



↑ Sobrepeso, obesidade  
e outras DCNT

# Nutrição e Sustentabilidade



01/04/2016 – Assembléia Geral da Nações Unidas  
2016 – 2025

## Década de Ação sobre Nutrição

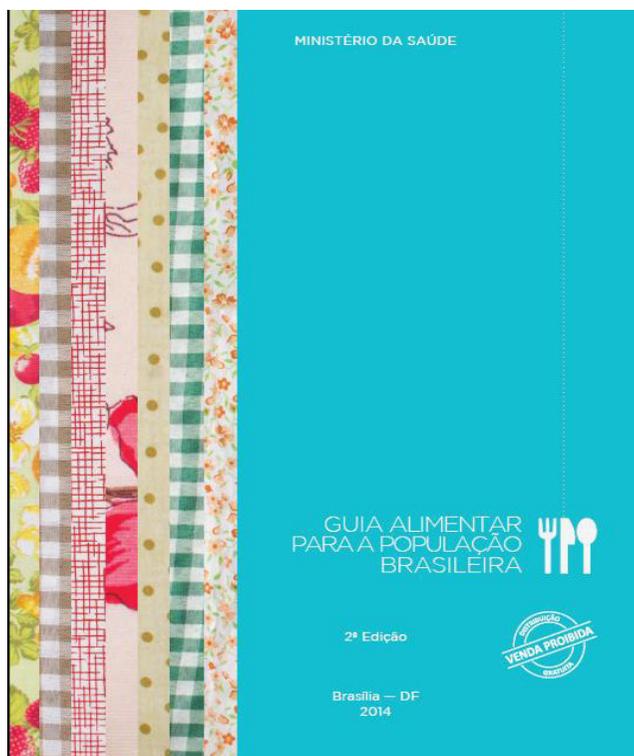
- 800 milhões de pessoas – cronicamente subnutridas
- 2 bilhões de pessoas – deficiências de micronutrientes
- X
- 1,9 bilhão de adultos têm sobrepeso
- 600 milhões são obesos
- Obesidade infantil → preocupação global



### Hábitos alimentares inadequados e dietas pouco saudáveis

- ✓ ICN2 (FAO e OMS, 2014) – melhorar os sistemas alimentares sustentáveis → **políticas públicas da produção ao consumo** - para fornecer acesso à alimentos → dietas saudáveis (ricas em nutrientes), seguras e diversificadas → **Incorporar a sustentabilidade nos guidelines** (cerne do trabalho da FAO: uso dos recursos naturais incluindo os aspectos econômicos e sociais)
- ✓ OMS recomenda, através da **Estratégia Global para a Promoção da Alimentação Saudável, Atividade Física e Saúde** – governos reformulem e atualizem periodicamente diretrizes nacionais sobre alimentação e nutrição.

# Guia Alimentar para a População Brasileira - 2014



## 10 passos para uma alimentação adequada e saudável



CONVISA RIO



# Diets Sustentáveis

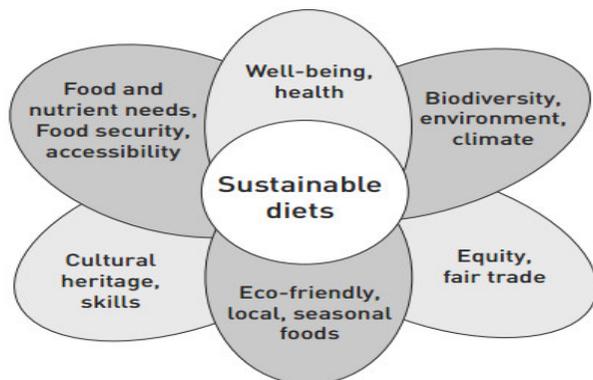
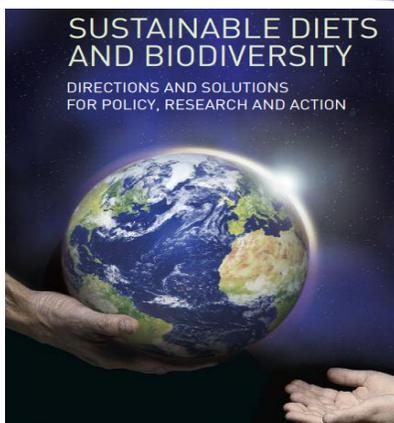


Figure 1. Schematic representation of the key components of a sustainable diet.

**Promover dietas sustentáveis** é equilibrar saúde, bem-estar, preservação da biodiversidade, do meio ambiente e do clima, comércio justo, alimentos sazonais, conhecimento e herança cultural, acessibilidade e segurança alimentar; além de otimizar recursos naturais e humanos.

**Diets com baixo impacto ambiental** contribuem para a segurança alimentar e nutricional e à vida saudável para as gerações presentes e futuras.

Proceedings of the International Scientific Symposium  
BIODIVERSITY AND SUSTAINABLE DIETS UNITED AGAINST  
HUNGER 3–5 November 2010 FAO Headquarters, Rome



# Alimentação Sustentável



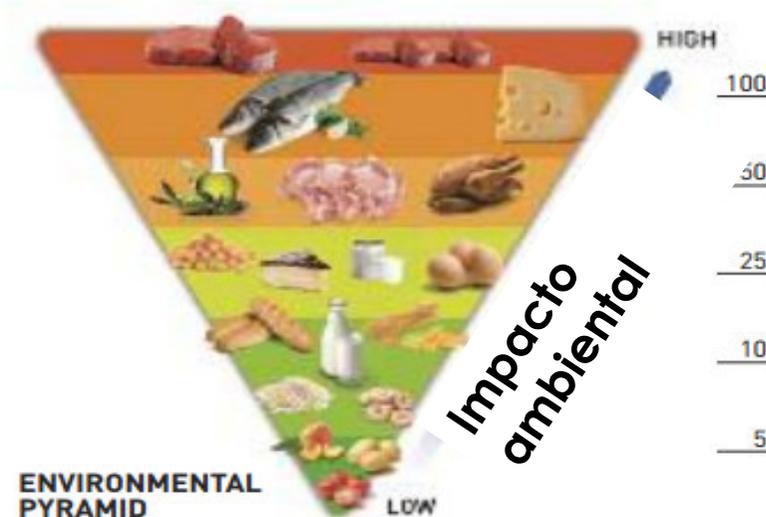
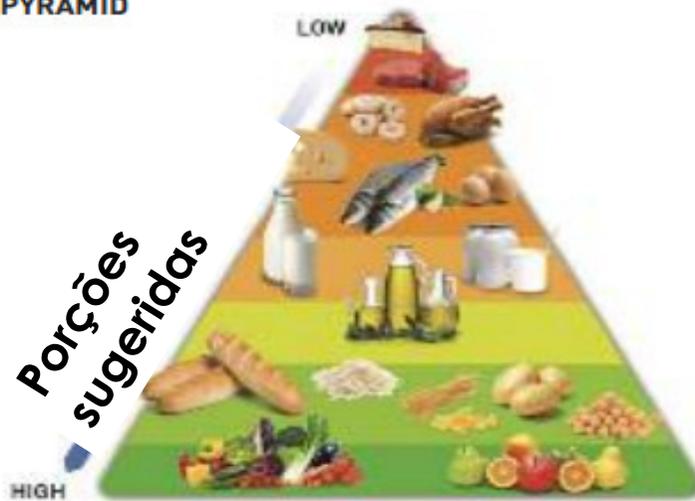
Fatores a serem considerados para se definir Alimentação Sustentável



# Pirâmide Dupla: Alimentar e de Impacto Ambiental

## Pirâmide Alimentar do Mediterrâneo

FOOD PYRAMID



A alimentação representa **o segundo fator mais importante da sustentabilidade global** (seguida da indústria de energia) e, por isso, é uma prioridade para todos os envolvidos na cadeia de produção de alimentos a redução de impacto ambiental.



2010



# Rede: Sistema Alimentar Sustentável

	Ambiente	Nutrição	Economia	Sócio-cultural
Agricultura	Seguir práticas sustentáveis; Aumentar a resiliência dos sistemas de produção; Implantar e manter a diversidade	Promover a diversidade alimentar;  Produzir produtos com densidade nutricional	Implantar práticas de cultivo acessíveis;  Promover a auto-suficiência através da produção local	Manter as práticas da agricultura local e promover variedades locais
Produção de alimentos	Reduzir o impacto da produção, processamento e comercialização	Preservar nutrientes dentro da cadeia alimentar	Fortalecer os sistemas alimentares locais produzir alimentos a preços acessíveis	Produzir alimentos culturalmente aceitáveis
Consumo	Reduzir o impacto ambiental de práticas alimentares	Promover diversidade alimentar, equilíbrio alimentar e sazonalidade	Promover o acesso à diversidade alimentar	Preservação das tradições e da cultura alimentar Atender a preferência e gosto local



2010



SUSTAINABILITY OF THE FOOD CHAIN FROM FIELD TO PLATE: THE CASE OF THE MEDITERRANEAN DIET

Martine Padilla, Roberto Capone and Gisela Palma  
CEIAS-JARRE, Institut Agronomique Méditerranéen de Montpellier  
 CREAM-AMM, Istituto Agronomico Mediterraneo di Bari

CONVISA RIO



# Dieta e emissão de CO<sub>2</sub>



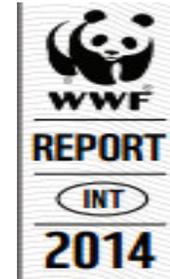
Maior fluxo de produtos alimentares provenientes de longa distância

Maior emissão de gases de efeito estufa

Altamente processados e embalados

Depleção de recursos não renováveis

Com as dietas e os padrões de consumo alimentar modernos há uma tendência para:



## 06 passos para uma alimentação saudável



Coma mais vegetais / plantas



Coma menos carnes



Diversifique



Desperdice menos comida

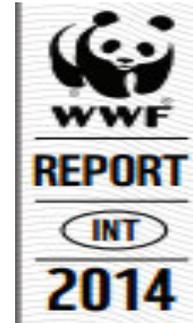


Coma menos produtos processados



Compre alimentos que atendam a padrões de qualidade

**Consumir alimentos/produtos locais**

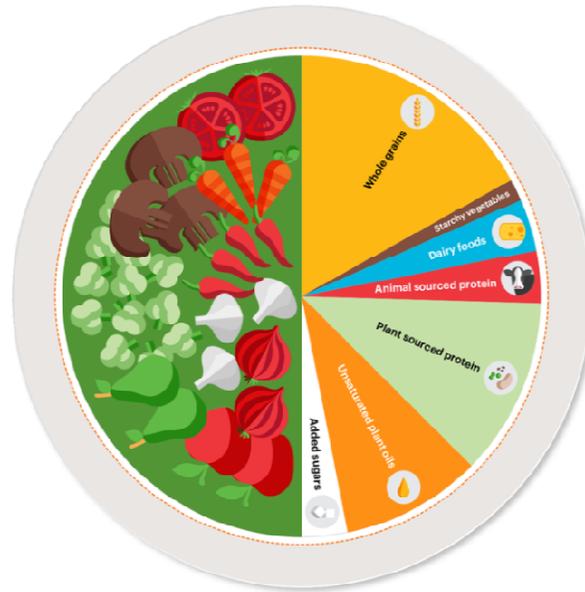


WWF, 2014



# The Planetary Health Plate

## The Planetary Health Plate



*The EAT-Lancet Commission on Food, Planet, Health*



# The EAT-Lancet Commission on Food, Planet, Health

## The Planetary Health Plate

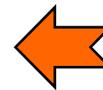


“A transformação para dietas saudáveis até 2050 vai exigir mudanças substanciais na dieta. O consumo geral de frutas, vegetais, nozes e legumes terá de **duplicar**, e o consumo de alimentos como carne vermelha e açúcar terá que ser **reduzido em mais de 50%**. Uma dieta rica em alimentos à base de plantas e com menos alimentos de origem animal confere benefícios à saúde e ao meio ambiente”.

**Dietas Saudáveis a partir de  
Sistemas Alimentares Saudáveis**

Comissão da *The Lancet* formada por 37 especialistas de 16 países, durante 03 anos elaboraram um **modelo de dieta saudável para a Saúde Planetária e toda humanidade.**

“Transformation to healthy diets by 2050 will require substantial dietary shifts. Global consumption of fruits, vegetables, nuts and legumes will have to double, and consumption of foods such as red meat and sugar will have to be reduced by more than 50%. A diet rich in plant-based foods and with fewer animal source foods confers both improved health and environmental benefits.”



# The EAT-Lancet Commission on Food, Planet, Health

## The Planetary Health Plate



## 01 objetivo, 02 Metas e 05 Estratégias

**Objetivo:** conseguir Dietas de Saúde Planetária para quase 10 Bilhões de Pessoas até 2050

**Metas** Científicas para Dietas Saudáveis e Produção de Alimentos Sustentáveis:

**1. Dietas saudáveis:** têm um ótimo consumo calórico e consistem em grande parte de uma diversidade alimentar à base de plantas, baixa quantidade de alimentos de origem animal, contêm gorduras não saturadas ao invés de saturadas, e quantidades limitadas de grãos refinados, alimentos altamente processados e açúcares adicionados.

**2. Produção sustentável de alimentos**

# The EAT-Lancet Commission on Food, Planet, Health

## Cinco Estratégias para uma Grande Transformação Alimentar

1. Procurar obter um compromisso internacional e nacional para mudar para dietas saudáveis.
2. Reorientar as prioridades agrícolas de produção de grandes quantidades de alimentos para produzir alimentos saudáveis.
3. Intensificar de maneira sustentável a produção de alimentos para aumentar a produção de alta qualidade.
4. Governança forte e coordenada da terra e dos oceanos.
5. Reduzir pelo menos pela metade as perdas e desperdícios de alimentos, de acordo com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável da ONU.



A comissão propõe **dobrar** o consumo global de frutas, hortaliças e legumes, e **reduzir pela metade** o de carne vermelha e açúcar.

Este tipo de dieta pode também **reduzir as taxas** de obesidade, diabetes, doenças cardiovasculares, câncer, entre outras.

# Atuação do Nutricionista no contexto da Sustentabilidade



**Jennifer Wilkins**  
**Cornell University**

(\*) *Civic dietetics: opportunities for integrating civic agriculture concepts into dietetic practice. Agric. Hum. Values. 2009; 26:57-66.*

Propõe em seu trabalho (\*) o termo “**civic dietetics**” (tradução livre: “nutrição civil”) e sugere que:



a **prática nutricional** deve promover um **novo sistema alimentar; sustentável, justo; economicamente viável e baseado na comunidade.**

As **atribuições e contribuições** do nutricionista devem conduzir ao **alcance do desenvolvimento sustentável**, permitindo fomentar o papel desse profissional na **promoção de um futuro de qualidade social, ambiental e econômica.**

Estudo: a **atuação profissional do nutricionista voltada para a sustentabilidade**, ainda que declarada como importante, é **pouco desenvolvida**, indicando a necessidade de mudanças na formação e atuação profissional.



# Áreas de Atuação

## Alimentação Coletiva:

- processo de produção mais limpa:
  - gerar menos resíduos / embalagens
  - evitar desperdício de água e energia
  - utilizar prod. químicos / limpeza de forma correta
  - desenvolvimento da equipe
- coleta seletiva
- separar o lixo de forma correta
- diminuir uso de descartáveis

## Nutrição Clínica:

- Incentive seus pacientes a consumirem **alimentos orgânicos** (com o uso de agrotóxicos e fertilizantes, a agricultura tradicional gera muitos impactos ambientais, além de fazer mal a saúde)
- Orientar pacientes para melhor **aproveitamento dos alimentos**, menor desperdício de água e energia no preparo deles.

## Alimentação Escolar:

- a nova lei de alimentação escolar possibilitou a compra, sem licitação, de produtos da agricultura familiar e também de **orgânicos**, iniciativas que colaboram para um mundo mais justo e sustentável.
- Desenvolvimento da equipe
- Educação nutricional para a sustentabilidade

## Saúde Coletiva:

- estimular a utilização de alimentos **regionais** saudáveis, produzidos **localmente**
- esta ação favorece a soberania alimentar, que permeia também a questão da sustentabilidade
- ações educativas de cuidado com a manipulação de alimentos e **contra o desperdício.**

# Nutrição – Alimentação & Sustentabilidade:

**Três eixos importantes inerentes à todas as áreas da Nutrição:**

- ✓ Reduzir o desperdício de alimentos
- ✓ Fomentar a economia local (agricultura familiar)
- ✓ Fomentar o consumo de alimentos orgânicos

## Consumo de alimentos orgânicos

- Evita erosão no solo
- Contaminação da água
- Protege as gerações futuras da contaminação química
- Protege a biodiversidade animal e vegetal
- Revitaliza as comunidades rurais
- Promove comércio justo!!
- Aproveitamento de resíduos (compostagem...)
- Evita doenças em quem produz e quem consome



*Luciana Dias de OLIVEIRA – CRN2*

CONVISA RIO



**Serviços de Alimentação  
Sustentáveis  
(Produção / Preparo de Alimentos)**

# Segmento de Alimentação

## Vem ganhando novo perfil :

- Volume com qualidade
- Complexidade e diversificação das preparações
- Redução de custos + racionalização de recursos naturais e energéticos → tecnologias que atendam as novas necessidades

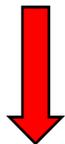
Para atender a essa demanda e a expectativa dos clientes:



- **novos processos,**
- **tecnologias**
- **equipamentos**



Tendem a diminuir:



- Espaço disponível
- Orçamento
- Disponibilidade de mão-de-obra

são necessários para auxiliar os profissionais de cozinha a exercerem suas funções de forma eficiente e segura.

# Serviço de Alimentação/Nutrição Sustentável



**Para tanto, há necessidade de evoluir:**

- na capacitação e conhecimento
- nos processos de produção
- nos equipamentos
- no respeito ao meio ambiente
- na cadeia de valor



**CONVISA RIO**

The logo for Convisa Rio, featuring a stylized blue graphic below the text.

# Serviço de Alimentação/Nutrição Sustentável

## GESTÃO DA ÁGUA



## GESTÃO DE RESÍDUOS



60%

## GESTÃO DE ENERGIA



## GESTÃO DAS SOBRAS



## GESTÃO DO GÁS NATURAL



## GESTÃO DE CARDÁPIOS



# Serviço de Alimentação/Nutrição Sustentável

## Equipamentos



Fonte: *Simone Valvassori*

### Escolher fabricantes:

- com equipamentos certificados dentro de normas de segurança da vida humana;
- comprometidos com Espírito Verde;

### Escolher equipamentos:

- com menor emissão de carbono;
- com menor consumo de energia;
- com menor consumo de água;
- com menor consumo de detergente;

# Serviço de Alimentação/Nutrição Sustentável

## Separação e Reciclagem dos Resíduos

- Separar o Resíduo Orgânico
- Condicionar o resíduo orgânico em condições adequadas para que seja possível o seu uso na compostagem
- Separar todo o Resíduo Seco Reciclável;

- papel
- plástico
- vidro
- metal



# Redução da Emissão de Carbono

## **Comprar alimentos cultivados e produzidos localmente**

Reduz em 1/5 a quantidade de energia necessária para cultivar e transportar os alimentos.

## **Comprar alimentos frescos ao invés de congelados**

Alimentos congelados consomem 10 vezes mais energia para serem produzidos.

## **Comprar produtos orgânicos**

Os solos orgânicos absorvem e armazenam o dióxido de carbono em taxas muito maiores do que os solos de fazendas convencionais

## **Evitar produtos muito embalados**

Redução da emissão de dióxido de carbono em 544 kg/ano por pessoa ao se eliminar 10% do lixo produzido

## **Comer menos carne vermelha**

O metano contribui com o efeito estufa e o gado é o principal emissor desse gás - estômagos múltiplos produzem metano que exalam a cada respiração.



# Desperdício de alimentos no Mundo e no Brasil:

1,3 bilhão de toneladas/ano  
26,3 milhões de toneladas/ano (saciar a fome de 13 milhões de pessoas)



Impacto **significativo** nos recursos naturais dos quais a humanidade depende para se alimentar



## Impacto ambiental do desperdício de alimentos

Consequências para o clima  
Uso de água  
Solo  
Biodiversidade



**Alimentos produzidos e não consumidos a cada ano:**  
Consumem um imenso volume de água  
Emitem 3,3 bilhões de toneladas de gases de efeito estufa na atmosfera  
Promovem o desperdício de 750 bilhões de dólares por ano

## Onde acontece o desperdício

- ✓ **54%** na fase inicial de produção, manipulação pós-colheita e armazenagem



*Países em desenvolvimento:  
infraestrutura e logística deficientes falta de tecnologia*

- ✓ **46%** no processamento, distribuição e consumo



# Programa



## Ambientação natural

Projetos físicos para ambientes que valorizem:

- o controle da insolação,
- a iluminação natural e
- a ventilação renovada,

Utilizando:

- materiais naturais,
- reusados,
- reciclados ou certificados.

Levando em consideração projetos integrados ao ecossistema nos quais estarão presentes.



## Alimentação Saudável

Preparar e desenvolver refeições visando

- equilíbrio de **saúde** de quem consome, de quem prepara e com responsabilidade sobre a origem dos ingredientes utilizados.

- Levar a **natureza** à mesa, em refeições puras, com controle da adição de produtos químicos, enzimas, hormônios, transgênicos, ou qualquer outra substância que possa alterar a normalidade do organismo humano.

- Estímulo à potencialização das **pessoas** através da administração de uma boa alimentação.



## Sustentabilidade

Boas práticas ambientais com opções por medidas **eco eficientes** capazes de não desperdiçar matéria prima e processos.

Devolver ao ambiente o **mínimo de resíduos sólidos**, na melhor forma de recuperação, com classificação, caixas de gordura nas saídas de esgoto, lavadores de ar dos sistemas de exaustão e uso de produtos biológicos para limpeza em geral.

Seleção destas práticas de forma a consumir materiais e ingredientes **absolutamente indispensáveis** e no volume certo.



# Produtos com baixo impacto ambiental



Copos Ecológicos descartáveis



# Recicladora de Resíduos Orgânicos

- Transforma resíduos orgânicos em elementos de correção do solo;
- **Redução de até 90% do volume e peso inicial;**
- NÃO emite gases, detritos e produtos químicos nocivos ao meio ambiente;
- 100% de reaproveitamento do material processado (**biomassa**).



- Processa facilmente frutas, verduras, legumes e carnes.
- Compacto e de fácil instalação.
- Totalmente automatizado, o operador só precisa ligar e desligar o equipamento.
- **NÃO utilização de água, qualquer produto químico ou enzima.**
- Não requer a substituição de filtros de água minimizando custos



# 10 tendências para Restaurantes: NRA e ACF 2017 (2018)



Origem local e natural



Conceito rápido e casual



Menus com ingredientes naturais e integrais



Sustentabilidade Ambiental  
(millennials – crenças e valores)



Produtos de origem local



Carnes e frutos do mar de origem local



Redução de resíduos de alimentos  
(porções menores)



Kits de refeição



Simplicidade/ voltar ao básico  
(métodos, receitas simples)



Nutrição  
(refeições saudáveis)

**NRA (National Restaurant Association)**  
**ACF (American Culinary Federation)**

**CONVISA RIO**

# 10 tendências para Restaurantes: NRA e ACF



## Tendências 2018 e 2019

- **Saudabilidade:** culinária centrada em vegetais → Plant based produtos locais e artesanais: hortaliças, grãos e proteína de qualidade
- **Conveniência:** “grab and go”
- **Simplicidade:** de volta ao básico, menos ingredientes
- **Sustentabilidade:** consumidores mais atentos →
  - restaurantes com preocupação social e ambiental:
    - **conservação de água e energia**
    - **porções menores**
    - **doação para bancos de alimentos**

# Serviço de Alimentação/Nutrição Sustentável



**Em resumo....**

CONVISA RIO



# Serviço de Alimentação/Nutrição Sustentável

## Construções Eco-eficientes

- Uso de produtos atóxicos na construção e na mobília
- Energia obtida de fontes renováveis / gás natural
- Aquecimento solar / secagem mãos com ar quente / torneiras
- Móveis e utensílios feitos de madeira certificada ou de materiais recicláveis e/ou reciclado
- Ventilação natural / Luz natural / iluminação econômica (fluorescentes / LED) / sensor de presença
- Telhado verde

## Equipamentos Eco-eficientes

- Equipamentos de baixo consumo de água, energia, produtos de limpeza (biodegradáveis), menor emissão de C.
- Fabricantes certificados dentro de normas de segurança da vida humana e comprometidos com o espírito verde
- Utensílios metálicos sem alumínio e teflon no revestimento (inox / vidro)

## Alimentos

Aquisição, preparo e distribuição de maneira sustentável

- Comprar alimentos cultivados e produzidos localmente
- Técnicas de preparo (redução do desperdício) / sazonalidade
- Alimentos frescos ao invés de congelados
- Evitar produtos muito embalados
- Produtos orgânicos

# Serviço de Alimentação/Nutrição Sustentável

Uso eficiente de recursos naturais

- Gestão da água, gás, energia (equipamentos modernos reduzem até 50% no consumo de água e 35% de energia),
  - ✓ adequação de equipamentos (vazamentos, regulagens, redutores, temporizadores),
- Gestão de resíduos (equipamentos capazes de reduzir os resíduos orgânicos em mais de 80%) / compostagem/ reciclagem
- Treinamento operacional da equipe

Cadeia de Valor Responsável

- Com a crescente implantação dos programas **responsible sourcing**, as grandes empresas, líderes das cadeias de valor, começam a estabelecer regras de conduta e a demandarem adequações às suas políticas de sustentabilidade (diminuição de riscos econômicos, operacionais e de reputação)
- Gestão dos fornecedores - Criar meios para garantir que os fornecedores cumpram requisitos legais e outros, que garantam a proteção aos direitos humanos, práticas trabalhistas, ética, saúde e segurança, entre outras.

Desenvolvimento/capacitação de gestores e equipes

- Capacitação da liderança e da equipe administrativa e operacional
- Educação continuada com formação de profissionais de saúde conscientes (sustentabilidade / consumo consciente)

# Tendências de Alimentação



- Sensorialidade e Prazer;
- Saudabilidade e Bem Estar;
- Convivência e Praticidade;
- Confiabilidade e Qualidade;
- **Sustentabilidade e Ética.**



# **Passos para uma Alimentação Saudável e Sustentável**

# Passos para uma alimentação saudável e sustentável



## Da produção ao consumo:

- Redução do impacto ambiental e emissão de carbono
- Princípios de conservação da Biodiversidade e redução de resíduos
- Auxiliar na redução do risco de doenças crônicas



SUSTAINABILITY OF THE FOOD CHAIN FROM FIELD TO PLATE: THE CASE OF THE MEDITERRANEAN DIET  
Martina Padella, Roberto Capone\* and Giulia Palma\*  
\*CIHEAM-IGMM, Istituto Agronomico Mediterraneo di Montpellier  
\*CIHEAM-IAMB, Istituto Agronomico Mediterraneo di Bari



# Passos para uma alimentação saudável e sustentável



Diversifique/alimentos que atendam a padrões de qualidade



Coma mais vegetais e plantas (verduras, legumes e frutas)



Coma menos produtos processados e ultra processados



Reduza alimentos com altos teores de gordura, sal e açúcar



CSAs



Incentive a aquisição de produtos de baixo impacto ambiental



Compre alimentos frescos ao invés de congelados



Consuma alimentos orgânicos 



Evite produtos muito embalados



Não consuma espécies ameaçadas

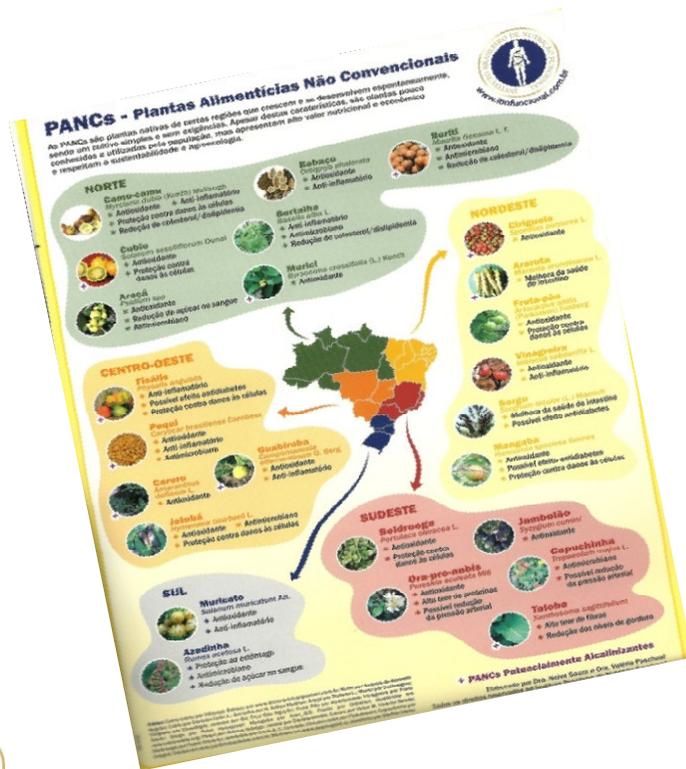


Desperdice menos comida (aproveitamento)

SUSTENTABILIDADE NO PRATO

# PANCS - Plantas Alimentícias Não Convencionais

# CSA – Comunidades que Sustentam a Agricultura



Consumidor



Produtor de alimentos orgânicos



Instituto Brasileiro de Nutrição Funcional



# Importante:

## Fomentar a economia local

Fomentar - estimular algo adotando os meios e cuidados necessários para promover o desenvolvimento e conquistar resultados positivos.



Economia local – inclusive estabelecimento  
Melhores condições de vida  
Melhor educação  
SUSTENTABILIDADE = QUALIDADE DE VIDA!

## Agricultura familiar



- Fomento da economia local
- Mantém as famílias no campo

CONVISA RIO



65

65

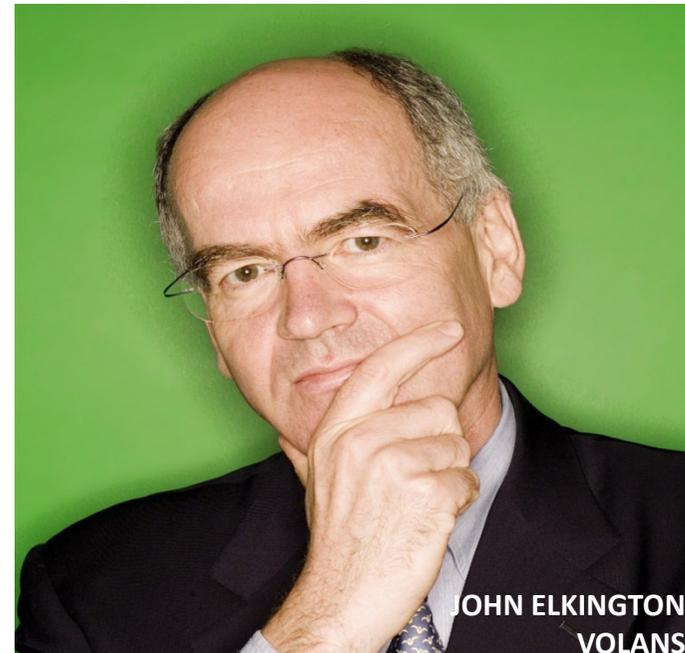
# conceito

## SUSTENTABILIDADE (empresas / instituições)



### Triple Bottom Line

Um novo modo de pensar e fazer negócios, com ética, integridade, responsabilidade, transparência, respeito ao outro e respeito ao meio ambiente.



CONVISA RIO

O logo da Convisa Rio, uma seta verde apontando para cima, localizada no canto inferior direito da imagem.

# O papel das empresas / instituições...



As empresas são responsáveis pelos **impactos de suas decisões e atividades**, por meio de um comportamento **ético e transparente** que contribua para o desenvolvimento sustentável, **incluindo a saúde e o bem estar da sociedade e de seus funcionários**.

Os interesses das empresas não devem estar acima do planeta e da sociedade, assim, o **lucro legítimo e admirado** obtido pelas organizações é aquele que **vem** não em prejuízo mas **em benefício** das **pessoas e do meio ambiente**.



Ter empresas viáveis um futuro de escassez



# Obrigada!

Tel.: (11) 96492-1856

[rosicler.rodriguez1@gmail.com](mailto:rosicler.rodriguez1@gmail.com)

@ rosiclerdennannirodriguez

[www.linkedin.com/in/rosicler-rodriguez-b291b023/](http://www.linkedin.com/in/rosicler-rodriguez-b291b023/)

