

A Comissão EAT-Lancet apresenta uma dieta de saúde planetária que é simultaneamente saudável para as pessoas e para o planeta. Descubra as principais conclusões e ações específicas do relatório que as cidades podem tomar para contribuir para a Grande Transformação Alimentar.

### O que é preciso saber?

- ◆ Os alimentos que comemos, as formas como os produzimos e as quantidades desperdiçadas ou perdidas têm grandes impactos na saúde humana e na sustentabilidade ambiental. Acertar na alimentação será uma forma importante para que os países alcancem as metas dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável da ONU e do Acordo de Paris sobre alterações climáticas.
- ◆ Hoje, a agricultura ocupa quase 40% da terra global, tornando os agro-ecossistemas os maiores ecossistemas terrestres. A produção de alimentos é responsável por até 30% das emissões globais de gases de efeito estufa e 70% do uso de água doce. A conversão de terras para produção de alimentos é o fator mais importante da perda de biodiversidade.
- ◆ Os alimentos provenientes de animais, especialmente a carne vermelha, têm impactos ambientais relativamente altos por porção alimentar comparativamente a outros grupos alimentares. Isso tem um impacto nas emissões de gases de efeito estufa, no uso da terra e na perda de biodiversidade. Este é o caso particular de alimentos de origem animal, provenientes de animais alimentados com cereais.
- ◆ O que é ou não consumido é o principal fator de desnutrição em várias formas. Globalmente, mais de 820 milhões de pessoas continuam a passar fome todos os dias, 150 milhões de crianças sofrem de fome a longo prazo, o que prejudica o seu crescimento e desenvolvimento, e 50 milhões de crianças estão extremamente famintas, devido ao acesso insuficiente à alimentos.
- ◆ Paralelamente, o mundo vem testemunhando um aumento no sobrepeso e na obesidade. Hoje, mais de 2 bilhões de adultos estão acima do peso e obesos, e doenças não transmissíveis relacionadas à dieta, incluindo diabetes, câncer e doenças cardíacas, estão entre as principais causas de mortes no mundo.

A **Comissão EAT-Lancet** sobre dietas saudáveis de sistemas alimentares sustentáveis reuniu 37 especialistas de 16 países em várias áreas da saúde humana, agricultura, ciências políticas e sustentabilidade ambiental, para desenvolver alvos científicos globais para dietas saudáveis a partir da produção sustentável de alimentos. O secretariado da Comissão EAT-Lancet foi abrigado pelo Centro de Resiliência de Estocolmo. O relatório foi publicado no *The Lancet*, em 16 de Janeiro de 2019.

- ◆ Os ambientes alimentares urbanos, muitas vezes, apresentam desafios particularmente à saúde e sustentabilidade, dada a disponibilidade concentrada de alimentos de baixo valor nutritivo e publicidade relacionada.
- ◆ O alimento pode ser um poderoso impulsionador da mudança: A Comissão EAT-Lancet descreve uma dieta da saúde planetária e metas para a produção sustentável de alimentos que, quando combinadas, podem evitar 11 milhões de mortes prematuras de adultos por ano e impulsionar a transição para um sistema alimentar global sustentável até 2050.
- ◆ Globalmente, a dieta de saúde planetária favorece o aumento do consumo de uma variedade de frutas, legumes, nozes junto com pequenas porções de carne e laticínios. Em algumas partes do mundo, essa dieta envolve o aumento do acesso a certos grupos alimentares, enquanto em outras áreas, a dieta requer uma redução significativa no consumo excessivo de alimentos não saudáveis.
- ◆ Um sistema alimentar global sustentável até 2050 significa alimentos suficientemente saudáveis para todos, sem conversão adicional do uso da terra para alimentos, proteção da biodiversidade, redução do consumo de água, diminuição da perda de nitrogênio e fósforo nos cursos de água, emissões líquidas zero de dióxido de carbono e níveis significativamente mais baixos de emissões de óxido nitroso e metano.

## O que se pode fazer?

### Produzir alimentos urbanos de forma diferente:

- ◆ Estabelecendo regulamentos de zoneamento que promovam a agricultura urbana e as hortas comunitárias como um meio de produzir alimentos a nível local, apoiar os serviços de biodiversidade e ecossistemas e proporcionar oportunidades para que os cidadãos tenham uma interação mútua através dos alimentos.
- ◆ Apoiando agricultores e produtores locais através do incentivo à produção sustentável de alimentos saudáveis em espaços periurbanos, facilitando o acesso ao mercado e encurtando as cadeias de abastecimento.

### Alterar as práticas de aquisição e distribuição:

- ◆ Permitindo melhor acesso a pontos de venda e vendedores independentes que ofereçam opções de alimentos saudáveis e sustentáveis.
- ◆ Apoiando contratos e políticas de aquisição que forneçam dietas saudáveis de sistemas alimentares sustentáveis em instituições onde são servidas refeições públicas.
- ◆ Aplicando regulamentos para restringir as operações de vendedores de alimentos não saudáveis em espaços públicos, como por exemplo, perto de escolas ou em hospitais.
- ◆ Promovendo dietas de saúde planetária em refeições escolares e programas de educação.

### Adotar princípios de comercialização responsáveis:

- ◆ Adotando políticas de rotulagem de alimentos que reflitam as implicações para a saúde e a sustentabilidade de produtos individuais, incluindo tamanhos sugeridos por porção alimentar e os custos ambientais.
- ◆ Apoiando práticas publicitárias que promovam o consumo diário de alimentos saudáveis e sustentáveis, ao mesmo tempo, limitando a comercialização de alimentos com elevado teor de calorias, gorduras saturadas, açúcar refinado, sal e produtos de origem animal.

### Abordar a perda e os resíduos alimentares:

- ◆ Supervisionando um sistema de distribuição de alimentos sustentável e energeticamente eficiente que limite a perda alimentar.
- ◆ Empregando esforços para reduzir a perda e os resíduos alimentares entre os vendedores públicos em pelo menos 50% no geral e facilitar a mudança de comportamento público através de campanhas de educação e conscientização, incluindo incentivos para reduzir os resíduos alimentares das famílias.
- ◆ Apoiando a esquemas de redistribuição alimentar urbana que partilham o excesso de alimentos com os outros.
- ◆ Estabelecendo sistemas municipais que separam e reutilizam os resíduos alimentares através de compostagem, produção de bioenergia ou outras operações, ao mesmo tempo, evitando perdas para aterros e incineração.
- ◆ Melhorando o tratamento de águas residuais municipais para minimizar a poluição por nutrientes dos sistemas

aquáticos e, eventualmente, reciclar com segurança o nitrogênio e o fósforo nos sistemas de cultivo.

### Reforçar a administração e a defesa do sistema alimentar:

- ◆ Desenvolvendo uma estratégia alimentar abrangente e políticas correspondentes envolvendo todos os departamentos municipais relevantes e representantes dos principais grupos de partes interessadas locais.
- ◆ Criando um comitê formal ou mecanismo multilateral para implementar a estratégia alimentar da cidade.
- ◆ Organizando campanhas de educação pública sobre as abordagens e os benefícios de dietas sustentáveis, que visem a escolas e famílias.
- ◆ Estabelecendo impostos sobre alimentos e bebidas não saudáveis, como bebidas açucaradas, e considerar a possibilidade de direcionar, especificamente, as receitas de tais impostos para melhorar o acesso a alimentos saudáveis e sustentáveis.
- ◆ Recolhendo dados sobre os desafios relacionados a alimentos na cidade e acompanhar o progresso.



O Grupo de Liderança Climática das Cidades C40 une mais de 90 grandes cidades em todo o mundo empenhadas em tratar o problema das alterações climáticas, com os seus membros representando mais de 700 milhões de pessoas e um quarto da economia global. A Rede de Sistemas Alimentares C40, em parceria com a EAT, apoia os esforços da cidade para criar e implementar políticas alimentares integradas que reduzam as emissões de gases de efeito estufa, aumentem a resiliência e forneçam resultados no setor da saúde.



A EAT é uma organização pequena, com um apetite desproporcional para o impacto. A partir da sua sede em Oslo, Noruega, a EAT está desempenhando um papel central em colocar alimentos, saúde e sustentabilidade na agenda global, e é uma organização independente sem fins lucrativos com três parceiros fundadores: Wellcome Trust, Fundação Stordalen e o Centro de Resiliência de Estocolmo.

→ [eatforum.org](http://eatforum.org) #foodcanfixit