

O planeta será o que nós comeremos

7 NOV 2019 00:01

Mudança de hábitos de consumo é obrigatório para evitar catástrofe



A sustentabilidade exige menos carne e mais produtos locais.

[Ricardo Graça](#)

Elisabete Cruz elisabete.cruz@jornaldeleiria.pt

As campanhas há muito que tocaram como alerta para o futuro do planeta Terra, mas só agora, quando vários especialistas insistem em reforçar os avisos que nos aproximamos de um ponto sem retorno, parece que se agitaram algumas consciências. É urgente diminuir as emissões de CO₂ e todos os gases que poluem o planeta, sob pena de deixarmos um mundo degradado e sem futuro às nossas crianças.

Estimando-se que em 2050 o planeta terá 10 mil milhões de pessoas, alimentar todos só será possível com uma dieta sustentável, que passa por reduzir, pelo menos, para metade o consumo de carne vermelha e por duplicar a ingestão de frutos secos, legumes e frutas. A mudança não só contribuirá para um planeta mais sustentável como para uma melhor saúde, reduzindo os riscos de morte prematura em adultos.

Esta terça-feira, um artigo subscrito por mais de 11 mil cientistas de 153 países reforça o estado de emergência climática que o mundo enfrenta e propõe medidas concretas em seis áreas diferentes, fundamentais para travar as graves consequências que a humanidade pode vir a sofrer (página 6).

Já um relatório da Comissão EAT-Lancet (um grupo de trabalho que junta 37 especialistas mundiais nas áreas da nutrição, saúde, sustentabilidade e políticas públicas), publicado em Janeiro deste ano, sublinhava que “a comida é a alavanca mais forte para otimizar a saúde humana e a sustentabilidade ambiental”. No entanto, são precisamente os alimentos que ingerimos um dos problemas que mais “estão a ameaçar tanto as pessoas como o planeta”.

Segundo a EAT-Lancet, o grande desafio para a humanidade é fornecer dietas saudáveis a uma população mundial crescente. “A produção global de alimentos ameaça a estabilidade climática e a resiliência dos ecossistemas e constitui o maior impulsionador individual da degradação ambiental e da transgressão dos limites planetários”, refere o documento.

Por isso, o relatório defende que um “prato de saúde planetária deve consistir em volume de aproximadamente meio prato de vegetais e frutas e a outra metade de grãos integrais, fontes de proteína vegetal, óleos vegetais insaturados e, opcionalmente, quantidades modestas de fontes de animais”.

Os investigadores admitem, contudo, que é preciso adequar a alimentação aos padrões alimentares de cada população e as respectivas necessidades, que são diferentes nos países sub-desenvolvidos. Mas será que é preciso eliminar a carne de vaca das mesas para garantir a sustentabilidade do planeta, tal como fez a Universidade de Coimbra, com a proibição de servir este alimento nas suas cantinas? Será que é necessário tornar toda a população vegetariana?

Ou será que é possível fazer uma alimentação sustentável, diminuindo consideravelmente a pegada ecológica da grande maioria dos produtos consumidos diariamente nas casas de cada pessoa? Ou a solução terá até de passar por introduzir os insectos nas ementas?

Para João Graça, investigador no Instituto de Ciências Sociais da Universidade de Lisboa e professor na Universidade Católica Portuguesa, “haverá sempre perspectivas diferentes sobre qual o objectivo último em termos de redução ou evitamento do consumo de carne de vaca”.