



## Para uma alimentação sustentável

Uma das melhores formas de reduzir as emissões relativas aos produtos alimentares que enjermos pode ser consumir menos carne e produtos lácteos, em especial a carne de vaca. A atividade digestiva do gado, nomeadamente através da aerofagia e da flatulência, é responsável por uma parte substancial (talvez 20%) das emissões mundiais de metano, por outro lado, grande parte da destruição das florestas tropicais do nosso Planeta ocorre para dar lugar à criação de gado e pastagens. Com efeito, um estudo de 2006 da Organização das Nações Unidas para a Alimentação e Agricultura (FAO) concluiu que as emissões associadas ao gado – da desflorestação ao uso de fertilizantes e à digestão do gado bovino – são responsáveis pelo surpreendente valor de 18% do impacto humano no clima.

Regra geral, os alimentos que são transportados por distâncias mais curtas são melhores para o clima, por isso, deve-se preferir um mercado local, uma rede de distribuição de produtos locais ou plantar a sua própria horta. No entanto, não nos devemos esquecer que o problema não reside apenas na distância, sobretudo no que respeita aos alimentos que não têm de ser transportados frescos. Um estudo de 2006 da Universidade Lincoln concluiu que, relativamente aos consumidores britânicos, o borrego proveniente da Nova Zelândia possui apenas um quarto do total da pegada de carbono do borrego criado no Reino Unido, pois a criação em liberdade das ovelhas neozelandesas exhibe muito menos combustível e porque a respetiva carne é exportada em navios relativamente eficientes. O estudo não incluiu, porém, o transporte em camiões para distribuição no interior do país, e há outros aspetos de comparação difíceis de quantificar (convém ter presente que o estudo foi efetuado por especialistas em questões agrícolas da Nova Zelândia).

Dentro de poucos anos, podemos vir a encontrar nos alimentos rótulos da respetiva pegada de carbono para facilitar a escolha dos menos prejudiciais ao clima, independentemente do local onde são produzidos. A introdução iminente de combustíveis alternativos irá, sem sombra de dúvida, constituir um fator decisivo em alguns casos. Entretanto, quando compramos produtos importados, como café,

podemos escolher artigos assinalados com o rótulo “**comércio Justo**” de forma a reduzir o risco das florestas tropicais serem abatidas.

A produção de alimentos orgânicos renuncia a técnicas agrárias que dependem de petroquímicos, produzindo emissões ligeiramente mais baixas por unidade de produto alimentar – embora nem todos os estudos sejam consensuais neste ponto. Seja qual for a verdade, os produtos orgânicos raramente têm um teor de carbono suficientemente baixo para justificar o transporte por via marítima (já para não dizer por via aérea) por grandes distâncias, por isso, convém verificar qual é o país de origem e preferir os alimentos produzidos localmente em detrimento dos orgânicos, se estiver em causa decidir entre os dois.

Algumas fases do processamento dos alimentos exigem uma quantidade enorme de energia, por isso, comprar os ingredientes em vez das refeições pré-confeccionadas é geralmente uma boa ideia do ponto de vista das emissões de carbono. Comprar em grandes quantidades é também uma boa opção, dado que minimiza a necessidade de embalagens. No caso de produtos líquidos, como champôs ou detergentes, convém escolher as lojas que permitam a reutilização dos frascos ou recipientes levados pelo cliente.

Apesar da legislação portuguesa que regula o setor, muitos estabelecimentos continuam a “obrigar” os clientes a utilizar sacos de plástico com a marca das suas lojas – explorando as fragilidades detetadas na lei -, mas cada um dos cerca de 500 mil milhões de sacos de plástico inutilizados anualmente contribui para a fatura do carbono. Por isso, sempre que possível, leve um saco reutilizável. Para além do mais, são mais fáceis de transportar e têm menos probabilidades de se rasgar.

i

---

## i Referências

- APA – Agência Portuguesa do Ambiente (2009). Portuguese National Inventory Report on Greenhouse Gases, 1990-2007.
- Carvalho A. (2008). Forest fires and air quality under a climate change scenario. Department of Environment and Planning. University of Aveiro. PhD.
- Henson, R. (2009). Alterações Climáticas - Sintomas, Ciência, Soluções. Civilização Editores, ISBN 978- 989-550-725-2. pp. 384. Porto.
- Lopes, M. (2004). Alterações climáticas: avaliação económica no apoio à decisão política. Tese de Doutoramento, Universidade de Aveiro.
- Monteiro, A., “A composição química da atmosfera: contributo da climatologia para a implementação de uma política de desenvolvimento sustentado”, Revista da Faculdade de Letras – Geografia, I série, vol v, Porto 1989;
- Daveau, S., et al., “Geografia de Portugal II – O Ritmo Climático e a Paisagem”, Edições Sá da Costa, Lisboa, 1988