



## Boletim Nutrindo a Mudança – DEZEMBRO DE 2023

### Fim do ano ou fim do mundo? Saberes ancestrais podem evitar a queda do céu e o sumiço do chão

Por Susana Prizendt - C. P. C. A. P. V. e MUDA-SP

*“Parem de falar. E façam alguma coisa!”*

Laila, menina, moradora do Estado insular de Barbados, no filme *O que importa - Uma mensagem das crianças aos líderes da COP28*

*“Cuidado, muito cuidado. Não tire da terra mais do que você pode oferecer.”*

Mestre Antônio Bispo dos Santos

Nenhum(a) artista visual poderia ter criado uma obra tão tragicamente simbólica: uma cidade afundando devido à voracidade que o sistema econômico que a domina apresenta pelas “riquezas” que seu território abriga. No caso real que aqui mencionamos, os “tesouros”, como as estórias de piratas sempre mencionam, estão bem enterrados no subsolo - parte deles a centenas de metros abaixo da superfície - e atendem pelo nome de sal-gema, um mineral usado na indústria química, que demora milênios para formar suas jazidas subterrâneas.

Maceió, capital do estado de Alagoas, finalmente ganhou espaço de destaque no noticiário nacional, após agonizar por anos em um processo de canibalização, em que seu território foi sendo devorado pela fome insaciável que o capitalismo mundial apresenta por “recursos” que mantenham suas engrenagens funcionando.

Uma área em que moram dezenas de milhares de pessoas está condenada por, literalmente, não ter mais o chão firme debaixo de seus pés, e precipícios de tamanho semelhante ao do Estádio do Maracanã podem se abrir a qualquer momento, sobretudo em tempos de [chuvas de verão](#), engolindo carros, casas, ruas inteiras...

Quando um povoado é vítima de um banquete mortal como esse, o que perece não é somente sua matéria física. A história, o modo de viver, a sensação de pertencimento à uma coletividade, a perspectiva de um futuro conjunto... tudo isso é mastigado pelos dentes dos banqueteadores.

Mas, afinal, quem seriam esses devoradores de futuro, que parecem não sentir nem um pingão de empatia pelo povo que habita o local?

Podemos começar citando o nome de uma empresa: [Braskem](#). Mas ela é somente a boca no sistema digestivo que processou a carne desse território, através da exploração que fez por décadas em suas 35 minas. Depois do trabalho inicial de mastigação, ainda vêm muitas etapas e há todo um conjunto de atores que entram em cena. Ao contrário do que o nome da tal empresa sugere, o processo de digestão não se restringe ao território brasileiro, ele se estende globalmente, alimentando um modelo produtivo internacional que suga gentes e naturezas para se perpetuar.

E é justamente por isso que a imagem de uma grande cidade sendo tragada pelo abismo que seres humanos cavaram sob seus pés é tão representativa. A sociedade globalizada está fazendo exatamente isso com o planeta. Do mesmo modo como as pessoas que conduziram a capital de Alagoas para o buraco [sabiam muito bem](#) que isso iria acontecer e não mudaram seus planos, a elite mundial que detém o poder

político-econômico sabe que estamos chegando a um ponto de desequilíbrio ambiental, provocado pelas ações humanas, em que calamidades como essa vão se tornar fuchinha perto das que virão.

Pisando no acelerador

Não é à toa que a comunidade internacional de ativistas socioambientais se revoltou contra o teatro do absurdo que assistimos durante a 28ª Conferência de Mudanças Climáticas da Organização das Nações Unidas (COP 28), chamada ironicamente de [COP dos Lobistas](#), realizada de 30 de novembro a 12 de dezembro últimos.

Começando pelos seus anfitriões, os Emirados Árabes Unidos, que enviaram como seu representante e, portanto, como o presidente do encontro, o Sultan Al Jaber - ministro da Indústria e Tecnologia Avançada, chefe da Companhia Nacional de Petróleo de Abu Dhabi (ADNOC) e presidente da Masdar, a empresa estatal nacional de energia renovável (fundada em 2006 e vista pelos ambientalistas como um instrumento para tentar dissimular a pegada climática do país, um ávido extrator e fornecedor de combustíveis fósseis) -, o show de horrores seguiu com declarações estapafúrdias, inclusive por parte de brasileiros, como Jean Paul Prates, [atual presidente da Petrobrás](#), ao dizer que a empresa será das últimas a parar de extrair petróleo (destoando do discurso pró-ambiente feito por Lula, que chegou ao encontro embalado pela redução do desmatamento na Amazônia em seu governo e protagonizou alguns dos momentos mais vibrantes, ao lado de Marina Silva).

A declaração de Prates não parece ter sido bravata porque, entre as benesses previstas nos planos de sua atual gestão, está a exploração de fontes até em Fernando de Noronha, ilha que é (ainda) um reduto de preservação da natureza. As emissões geradas pelos [campos leiloados](#), no que foi chamado de [Leilão do Fim do Mundo](#), se forem mesmo explorados, corresponderão ao volume que nosso país havia se comprometido a reduzir nos próximos seis anos, caso fosse mesmo cumprir a meta estabelecida no Acordo de Paris. Várias [petições](#) e [manifestos](#) contra esse acinte vêm circulando nas redes sociais, mas seu alcance é muito restrito e a população nem tem consciência do que está em questão.

Seria coincidência ser essa mesma Petrobrás uma grande acionista da Braskem, a maior empresa latino-americana no setor petroquímico e uma das maiores do mundo, com receita anual de quase 100 bilhões de reais - [cobiçada pela mesma ADNOC](#) dos anfitriões da COP 28 - e justamente a empresa que comeu Maceió? Não, não dá mais para acreditar em coincidências.

Já ficou nítido que o sistema capitalista está disposto a dobrar a aposta com a natureza e seguir vampirizando o planeta até que este dê um basta e se livre, enfim, de uma espécie animal que parece insensível aos avisos dramáticos emitidos por ele.

No entanto, nesse “jogo”, quem sofre primeiro e mais intensamente são os seres vivos que não compartilham do poder de decisão que tais apostadores compulsivos detém. São animais e vegetais de todos os tipos e tamanhos, muitos ainda nem conhecidos por nós, que agonizam na jogatina. É a sexta extinção em massa vindo no galope de uma manada de [veículos bebedores de gasolina](#) que não cessa de crescer, ao contrário das expectativas geradas nas 27 COPs anteriores.

Só que nós, homens e mulheres sapiens, estamos dentro dessa teia biodiversa que se esfacela. E uma grande parcela da nossa espécie vem sendo continuamente devorada pela máquina de moer carne corporativa, pilotada por uma elite ínfima em tamanho e gigantesca em voracidade. O que dizer quando o 1% mais rico do planeta é responsável pela mesma [pegada climática](#) que os 5 bilhões mais pobres?

Se números são uma abstração, carentes de emotividade, pense em uma multidão de pessoas que não tem o que comer, assistindo meia dúzia de indivíduos se banquetear com todas as iguarias imagináveis e em volume incalculavelmente superior ao que precisam para viver e ao que a vida pode sustentar. Cruel, não é? O empanturramento desse grupelho hoje, significa a fome de todos, amanhã.

Não dá para deixar de perguntar quem são esses comilões e quem faz parte da multidão faminta. Homens, brancos, bilionários: se você não pode ser descrita ou descrito por esses três termos, tá fora do clube gourmet. Mas isso não significa que todo o restante pertence ao grupo de famélicos.

Ele é composto majoritariamente por mulheres negras do sul global e, para dar uma noção dessa realidade, podemos mencionar o fato de que [toda a riqueza](#) que a população feminina africana detém

conjuntamente equivale ao que 22 homens bilionários possuem. E vale lembrar que, mesmo assim, esse punhadinho de machos alfa não está nem um pouco satisfeito!

### Mais veneno no horizonte

O resultado dessa desigualdade brutal é que estamos vendo nosso mundo, em toda a sua vasta sociobiodiversidade, ser destruído em função do que é usufruído irresponsável e insaciavelmente por uma pequena “casta” de indivíduos humanos. Nesse redemoinho, as crises enfrentadas (atualmente e daqui pra frente), incluindo a crise climática, vão gerar consequências também muito desiguais, ampliando ainda mais o sofrimento de quem já luta para sobreviver e menos contribui com o processo de destruição em curso.

Para tentar contrabalançar a desfaçatez de quem estava nos debates oficiais da COP, a programação paralela abriu espaço para iniciativas menos sujeitas ao engessamento causado pelos lobbies de sempre. Um grupo de parlamentares ambientalistas da América Latina e do Caribe, integrantes do Observatório Parlamentar de Mudança Climática e Transição Justa (OPCC), por exemplo, propôs uma união em torno do que chamaram de [Bancada Pelo Planeta](#). Com forte protagonismo de representantes dos povos originários, como a deputada federal brasileira Célia Xakriabá, o coletivo lançou um pacto baseado em três princípios: não regressão ambiental; prática baseada em evidências e diálogo social; transição justa, participação social e inclusão produtiva.

O [documento está aberto](#) para assinaturas de outros parlamentares de todo o mundo e talvez consiga fazer com que essa rede global ajude cada nação a enfrentar suas bancadas da bala, do boi e da bíblia, nas quais o negacionismo climático sempre é predominante. Dois meses antes, o Observatório já havia criado o que chamou de [Plataforma Virtual e Monitor de Dados Legislativos](#), em que é possível acompanhar o que está sendo feito a nível legislativo nos 18 países integrantes da rede. Não chega a ser revolucionário, mas é uma ferramenta importante para o acesso à informação e o estímulo à integração da região e à participação social de seus habitantes no processo de transformação que precisamos fazer.

Eu consultei a Lei brasileira que regula os Agrotóxicos, que consta em sua versão vigente até agora, e não há menção, por enquanto, à aprovação do [Pacote do Veneno](#) pelo Congresso Nacional, tapa na cara que todos os nossos senadores, exceto a senadora Zenaide Maia, nos deram às vésperas da realização da COP, jogando uma batata fervendo (e tóxica) nas mãos do governo Lula, a quem cabe vetar ou sancionar, até o dia 27, o estrupício ruralista, uma verdadeira bomba para a saúde da população e do ambiente.

Vale lembrar que o último levantamento sobre a presença de resíduos dessas substâncias na nossa comida, [recém divulgado](#) pela ANVISA, mostra que um em cada quatro alimentos analisados têm níveis acima do permitido ou a presença de agrotóxicos proibidos no território nacional. E que a cada US\$1 gasto na compra de agrovenenos, há um ônus de US\$1,28 para o SUS, como menciona o [Atlas dos Agrotóxicos](#), elaborado pela Fundação Heinrich Böll e também recém lançado.

O setor vem sendo alvo de discussões acaloradas mundo afora e, recentemente, a UE renovou a permissão do uso do glifosato, agrotóxico mais utilizado no mundo e comprovadamente cancerígeno, [por mais 10 anos](#), em uma nítida demonstração de que mesmo seus habitantes, cujas vidas têm sido consideradas mais valiosas do que as da rapa planetária, como exposto no livro *Colonialismo Químico*, de Larissa Bombardi e já descrito em [um artigo](#) que escrevi anteriormente, também não estão a salvo do lobby veneneiro.

### Vozes dissonantes ou ressonantes?

Voltando aqui pra Terra Brasilis, embora tenhamos assistido mais de 500 anos de massacre contra os povos originários, eles ainda resistem e representam a possibilidade de algum tipo de reequilíbrio socioambiental. É nos territórios indígenas e quilombolas que ainda encontramos os ecossistemas preservados, segurando os fios que compõem nossa teia vital para que ela não se dissolva frente à exploração humana. Não é por acaso que a reserva do Xingu tem uma temperatura média de [5 graus a menos](#) que seu entorno, onde o agronegócio tóxico impera.

Mas a trama está cada vez mais frágil, a [derrubada de vetos](#) de Lula ao Marco Temporal, que o Congresso promoveu no último dia 14, jogou mais lenha na fogueira que consome nossas matas e aquece o planeta, abrindo espaço para mais soja, mais gado, mais extração de minérios e muito menos vida. Os alertas desses povos, mesmo quando chegam a espaços de decisão como as COPs, não costumam ser ouvidos e os [recursos prometidos](#) em apoio ao papel que desempenham como guardiões das florestas quase não chegam às suas mãos.

Cacique Raoni, David Kopenawa, Txai Suruí, Ailton Krenak, Sônia Guajajara (hoje à frente do Ministério dos Povos Indígenas do Brasil) são algumas das lideranças indígenas que já lançaram suas flechas certas ao mundo, ao mostrarem como seus territórios seguem sob ameaça de destruição - o que tem implicações planetárias, pois isso representa a perda das condições vitais básicas da natureza da qual dependemos. Os [pontos de inflexão](#), a partir dos quais não é mais viável recuperar o equilíbrio de biomas como a Amazônia, já estão próximos de virar realidade.

No livro A Queda do Céu, Kopenawa conta como seu povo, os Yanomami, tem sido, há décadas, alvo de extermínio devido ao garimpo na região, chegando, durante o desgoverno Bolsonaro, a um nível tão acentuado, que podemos falar em genocídio. Aqui vale dizer que, assim que assumiu a presidência, Lula tomou medidas para promover a expulsão dos garimpeiros, mas eles [acabaram voltando](#) neste último trimestre do ano e colocando em risco a população indígena local, através da contaminação da água por mercúrio e da forma violenta com que agem.

Na virada de 2022 para 2023, as imagens de crianças esqueléticas em aldeias Yanomami chocaram quem assistiu às reportagens apresentadas na TV. Mas, depois do noticiário, sempre vem as novelas e os anúncios publicitários, a rotina segue, e a fome, tanto a que é sentida por crianças pelo mundo afora quanto a que é apresentada pela sociedade em relação ao consumo dos tais “recursos” naturais, se perpetua. Quem se coloca no caminho dessa perpetuação corre sérios riscos.

Há alguns meses, assistimos com tristeza a despedida de Maria Bernadete Pacífico, conhecida como [Mãe Bernardete](#), líder quilombola que foi assassinada em sua casa no dia 17 de agosto de 2023. Sua voz havia destoado demais do coro do gado humano que costuma caminhar para o abatedouro sem reagir. Apesar da tal “cordialidade” atribuída ao Brasil, somos um dos países que mais matam ativistas no mundo e as taxas de assassinatos de mulheres quilombolas têm aumentado, como revela o [relatório](#) feito pela Terra de Direitos e pela Coordenação Nacional de Articulação de Quilombos (CONAQ), o que provavelmente tem relação com o fato de 99% de seus territórios, cerca de 5 mil no país, terem a natureza [bem preservada](#) - segundo o Projeto de Monitoramento do Desmatamento na Amazônia Legal (PRODES), realizado entre 2008 e 2022 -, representando barreiras ao desmatamento em regiões como a Amazônia e o Cerrado.

A esses assassinatos podemos somar as mortes originadas pelo contínuo massacre sofrido pelo povo negro - ao qual Mãe Bernardete pertencia e era uma liderança reconhecida -, nas periferias urbanas do nosso imenso território. Uma pessoa negra foi assassinada [a cada 4 horas](#) no Brasil e pessoas negras constituíram 87% do total de vítimas fatais de ações policiais no país, durante o ano de 2022. Quem incomoda ou quem não interessa à manutenção do sistema costuma ser descartado, seja pela violência da bala, seja pela violência da miséria. E ambas as violências tendem a se agravar em um planeta que ferve.

Se calamos as vozes que nos alertam sobre o colapso civilizatório iminente ou se as ouvimos e não conseguimos assimilar realmente seu conteúdo por estarmos já anestesiados em um dia a dia baseado no consumo das tais, como diz Kopenawa, “mercadorias” - que hoje não se restringem à esfera material, já que uma série de produtos virtuais inundam nossas vidas, - deixamos de perceber que existe uma outra forma de existência humana e que não precisamos nos resignar à que nos é imposta pela elite devoradora do futuro. E o que piora o drama é que muitas dessas vozes estão se extinguindo.

No começo deste mês, foi a vez do mestre Antônio Bispo dos Santos, ou [Nego Bispo](#), como era conhecido, nos deixar. Embora sua morte não tenha sido obra de capangas a mando de mandatários de plantão e, sim, decorrente de um problema cardíaco, ela tocou fundo na alma das pessoas que fazem parte do movimento agroecológico. Integrante da Teia dos Povos, autor de livros como [Colonização, quilombos: modos e significações](#) e [A Terra Dá, a Terra Quer](#), semeador de alimentos e pensamentos, ele

sempre nos presenteou com formas de compreender a vida que estavam a quilômetros-luz de distância das formas hegemônicas e denunciou veementemente a doutrinação que sofremos desde que nascemos para acreditar que as relações humanas precisam sempre ser mediadas pelo dinheiro e que o imediatismo é a única maneira de lidar com o tempo. E denunciava-anunciando, ao partilhar que o projeto de coletividade ao qual se dedicava tem como referência os próximos três mil anos!

#### Des-monoculturar e contra-colonizar a vida

O fundamentalismo de mercado, contra o qual Bispo lutou, usa as demais esferas passíveis de doutrinações fundamentalistas, como a religiosa, a de gênero e a étnico-racial, para nos fazer acreditar que manter a lógica capitalista, com sua estrutura patriarcal, que pressupõe a supremacia branca cristã, é a única possibilidade para que possamos existir enquanto humanidade, o que não apenas é falso, mas que é justamente o oposto do que é necessário fazer. Ouvir pessoas que [viram essa lógica do avesso](#), como Nego Bispo e sua proposta “envolvimentista” de existência, mencionada em oposição ao império da busca pelo tal desenvolvimento infinito - seja ele acompanhado de palavras mais “verdes”, como sustentável, ou não -, pode fazer com que algo estrale de repente em nossa consciência.

Colonizados fomos e colonizados estamos, no cerco imposto pelas monoculturas físicas e mentais - sempre bem disfarçadas pelas falsas afirmações de diversidade - e, se não percebermos que há outras formas de existência, colonizados seremos até que o colapso ambiental nos mostre que o ser humano não manda nos demais seres e forças da natureza e que o sistema que tenta impor ao planeta não tem a menor sustentação. O rompimento dessa servidão ao Deus mercado, às vezes apelidado “carinhosamente” de [PIB](#), passa por abrir os ouvidos para as vozes das florestas, das águas e dos campos e deixar que elas insuflem em nós as chamas da re-existência.

É assim que poderemos juntar a ancestralidade com o por vir, entender como se deu a formação da realidade atual, olhar para os antigos saberes dos povos do mundo e descobrir como podemos nos inspirar em experiências diferentes de existência para transformar essa realidade, abrindo espaço para que surja uma nova forma do que é chamado de [Bem-viver](#). Perceber que não estamos fadados ao que se apresenta de forma majoritária no presente, mas que existiram e ainda existem outras maneiras de nos relacionarmos com a natureza da qual somos parte, é um verdadeiro despertar, a partir do qual a jornada rumo ao futuro pode ser trilhada com mais esperança.

A Agroecologia desponta nesse caminhar, ao unir as dimensões sociais, como justiça socioeconômica, alimentação saudável e saúde popular, com as dimensões ambientais, como a restauração dos ecossistemas e o cuidado com o solo e os cursos hídricos, para que sejam livres de contaminação. Ela é a [bandeira viva](#) que nossos movimentos costuraram, através do trabalho de milhões de mãos de todas as cores, para empunhar na luta contra o mecanismo que está gerando o caos planetário. As sementes que estão sendo plantadas diariamente por essas mesmas mãos vão brotar e gerar novas sementes, demonstrando o que dizia Nego Bispo: que, no modo de viver dos povos originários e afro-confluentes, não há começo, meio e fim, mas há começo, meio e começo novamente.

Então, se podemos ter a possibilidade de começar, por onde poderia se dar esse novo começo? Cuidar do céu, limpando seus ares de tantos gases estufadores (ou descarbonizando-o, como dizem os cientistas) para que ele não caia. Cuidar da terra, ao deixar de remover irresponsavelmente os seres minerais que estão abaixo de sua superfície e voltar a nos dedicar a nutrir a fertilidade das camadas nas quais pisamos, para que o chão não suma, o abismo não nos engula e a fome não nos devore. Trocar as monoculturas que nos oprimem pelas pluriculturas que nos libertam.

O [anúncio](#) de confirmação de que haverá a realização da Cúpula dos Povos da COP 30 em 2025 no Brasil, feito no último dia 12, ainda durante a COP 28, representa um gesto nessa direção, trazendo as vozes que são dissonantes em relação ao poder econômico, mas estão em ressonância com a natureza, para assumirem o protagonismo no debate sobre os rumos planetários (já que os representantes oficiais dos países nesses encontros seguem em [marcha lenta](#) em relação às decisões necessárias, como mostram os resultados do documento consensual).

E essas vozes também protagonizaram um outro encontro fundamental para a população brasileira: a 6ª Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional ([CNSAN](#)), realizada entre os dias 11 e 14

deste mês, sob organização do Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (CONSEA), após um amplo processo de conferências municipais e estaduais. A presença das mulheres negras na condução das atividades do encontro foi uma demonstração de que a hegemonia branca patriarcal não tem nada a ver com a conquista do alimento saudável e biodiverso no prato do povo. Vale conferir o [Manifesto](#) pela Erradicação da Fome e pela Garantia do Direito à Comida de Verdade, Democracia e Equidade, lido ao final do encontro com a síntese do que foi debatido.

Sim, nossas Mães de gentes e de santos renovaram as energias da luta, seja nas declarações que deram nos debates sobre o que é realmente Soberania Alimentar, seja nos atos simbólicos realizados para marcar a confluência entre a Conferência Popular de SAN - que se constituiu como alternativa durante o vazio gerado pelo fim do CONSEA durante os anos Bolsonaro - e a Conferência Nacional de SAN - que voltou triunfante para ressoar as vozes de quem nutre as barrigas e as almas dos povos em nossos territórios!

Entretanto, para quem preferir ouvir vozes menos “alternativas”, é possível encontrar “inspiração” na frase de um comunicado da Braskem sobre como a situação em Maceió pode se desenvolver: “um cenário é de acomodação gradual e estabilização; o segundo é uma possível acomodação abrupta”. Ou, ainda, ficar com a fala do prefeito de Maceió à CNN Brasil: “a boa notícia é que conseguimos evacuar toda essa área” - o que, no nosso caso, seria o equivalente a evacuar “todo esse planeta”.

Eu fico com nossas Mães e nossos Negos, e você?

## Saber Funcional

### **Incluir os alimentos da nossa biodiversidade na ceia pode ser um verdadeiro presente de Natal!**

Por Valéria Paschoal - VP Consultoria Nutricional

Dezembro chegou e, com ele, chegaram também as comemorações de fim de ano. Época de celebrar, mas que costuma vir acompanhada de muita comida que não é saudável e muito desperdício. Então, vale lembrar que as confraternizações deste período podem ser nutricionalmente melhores, mais saborosas e seguras para o meio ambiente, além de estimularem relações justas entre as pessoas.

Escolher alimentos orgânicos é uma ação que pode contemplar todos os requisitos citados acima, pois gera renda para famílias de agricultores que cultivam de forma ecológica, regenerando a natureza. Assim, é possível garantir a saúde desde o solo até à comida em nosso prato e ao nosso organismo. Já se sabe que também há o acesso a mais nutrientes, com maior consumo de compostos bioativos, vitaminas, polifenóis, minerais, carotenoides - o que otimiza nossos sistemas corporais. Sem contar que temos mais vida em nossas refeições, sobretudo ao escolher alimentos da safra, mais frescos, obtendo o melhor nutricionalmente que podem nos oferecer.

Outro benefício é que também abrimos o nosso olhar para os alimentos da biodiversidade e as PANC – Plantas Alimentícias Não Convencionais, que agregam valor nutricional às nossas refeições e nos dão a oportunidade de sairmos na monotonia alimentar. O conhecimento da agroecologia nos empodera e pondera a termos melhores escolhas alimentares, seguras desde o plantio até o consumo.

Lembrando que, em tempos de tantas liberações de novos venenos, é fundamental valorizar alimentos livres de contaminação, já que os agrotóxicos estão relacionados com a diminuição de fertilidade, aumento do risco de pré-eclâmpsia, disfunções hormonais, principalmente de tireóide/tireoide, aumento do risco de desenvolvimento de cânceres, doenças neurodegenerativas e até mesmo mutações genéticas.

Encontramos produtores de alimentos agroecológicos em uma grande quantidade de lugares e pesquisas mostram que podemos economizar até 40% do que gastamos com alimentos convencionais, se escolhermos opções solidárias. As cestas de alimentos orgânicos podem ser acessadas em sistema de CSA – Comunidade que Sustenta a Agricultura, conectando você com famílias agricultoras em um laço afetivo, ou via outras iniciativas, como o Mercado Diferente, o Instituto Chão, a Central do Cerrado, o Armazém do Campo, entre outras que recomendamos.

Consumir os alimentos da biodiversidade pode ser algo diferente para muitas pessoas e acabar virando um verdadeiro presente de Natal! É possível incluir como acompanhamentos, complementar nossas saladas, temperar nossos alimentos, agregando sabor e melhorando o valor nutricional... são muitas as opções. Como receitas para a ceia de Natal ou Ano Novo, experimente as seguintes preparações:

## **Bolo de Murici**

### **Ingredientes:**

400g de murici  
180g de açúcar mascavo orgânico  
3 ovos (separar e fazer clara em neve)  
50ml de azeite de oliva extravirgem  
500g de farinha sem glúten preparada (1 xícara de chá de fécula de batata + 1/2 xícara de chá de polvilho doce + 3 xícaras de chá de farinha de arroz = total de 1080g “usar somente 500g por preparação”)  
10g de fermento biológico  
Raspa de casca de limão para finalização  
Manteiga para untar

**Modo de preparo:** Pré-aqueça o forno a 180°C. Unte a assadeira com manteiga e enfarinhe. Processe o murici com água, peneire e reserve. Bata no liquidificador o que foi peneirado do murici, as gemas, o azeite, o açúcar e uma pitada de sal. Passe para uma tigela e junte com a farinha e o fermento. Misture bem, e por último acrescente as claras em neve. Misture cuidadosamente, coloque na forma e leve ao forno. Deixe assar até dourar.

## **Pesto de azedinha com folhas da beterraba**

### **Ingredientes:**

400g de murici  
60g de azedinha  
40g de folhas da beterraba  
12g de castanha-de-caju torrada  
10g de salsa  
2 dentes de alho  
1 pitada de sal  
1/2 copo de mix de óleos (20 ml de óleo de linhaça + 20ml de óleo de abacate + 20 ml de óleo de coco + 40 ml de azeite extravirgem) – mistura para 100 ml

**Modo de preparo:** Lave bem a azedinha, as folhas da beterraba e a salsa. Bata no liquidificador todos os ingredientes até formar o pesto. Esta receita vai bem com batatas assadas.

Obs. É de São Paulo e está na correria para fechar o ano? O Armazém do Campo te ajuda com as suas comprinhas de Natal e Ano Novo! Faça seus pedidos pelo Whats App (11) 96410-5084 e garantimos a entrega aí na sua casa. Para saber quais produtos estão disponíveis, acesse:

<https://www.fazafeira.com/armazemsp>. Se preferir, passe na loja e escolha ao vivo os alimentos da Reforma Agrária para compor a sua ceia! O Armazém do Campo fica localizado na rua \*Alameda Eduardo Prado, 499\*, Campos Elíseos, São Paulo.

## **Já Mudou!**

### **6ª Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional é encerrada com leitura do Manifesto Por Articulação Nacional de Agroecologia (ANA)**

No primeiro dia da 6ª Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, que ocorreu entre os dias 11 e 14 deste mês, os movimentos sociais das cidades, dos campos, das águas e das florestas

[realizaram um ato-ritual](#), coordenado pelo Coletivo Banquetaço e pela Conferência Popular por Soberania e SAN, repleto de simbologia. Um varal de bandeiras de organizações do país todo e uma mesa de oferendas coloriram o palco e celebraram a volta da participação popular nos espaços de cidadania oficiais.

Já no encerramento do encontro, o público se emocionou com a leitura do [Manifesto pela Erradicação da Fome e pela Garantia do Direito à Comida de Verdade, Democracia e Equidade](#).

O documento foi apresentado pelos ex-presidentes do Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (Consea) Maria Emília Pacheco, antropóloga, pesquisadora da ONG Fase e integrante da Articulação Nacional de Agroecologia (ANA) e do Fórum Brasileiro de Soberania e Segurança Alimentar e Nutricional (FBSSAN); e Francisco Menezes, economista e integrante do Instituto Brasileiro de Análises Sociais e Econômicas (Ibase).

A 6ª edição da Conferência, que teve como tema “Erradicar a fome e garantir direitos com comida de verdade, democracia e equidade”, aconteceu entre os dias 11 a 14 de dezembro em Brasília – DF e marcou um momento muito importante de retomada dos espaços democráticos de construção de políticas públicas de combate à fome no Brasil.

## Vamos Mudar?

### **Entrevista com a coordenadora do OBHA, Observatório Brasileiro de Hábitos Alimentares da Fiocruz** Por Mateus Quevedo - MPA

Segundo a pesquisadora em Saúde Pública, Denise de Oliveira e Silva, que coordena o Observatório Brasileiro de Hábitos Alimentares da Fiocruz (Obha), para melhor compreender o que são Sistemas Alimentares, é necessário ter a ideia de que são processos, ciclos interligados. “Quando a gente fala de sistemas elementares, é preciso entender como uma cadeia de relações, que vão desde o processo de conceber em si o produto que você vai desenvolver, no caso, o produto alimentar até o consumo final”. Ela chama atenção para o ato de consumo, que pode ser entendido do ponto de vista da aquisição ou então do ato de comer.

Para a pesquisadora, grosso modo, o sistema alimentar é uma cadeia de processos que atualmente tem a ver com o que o país produz de alimentos que vão servir para consumo. “Aí vamos pegar a ideia de um consumo que gera renda e especificamente essa geração de renda, ela tem a ver com aspectos econômicos, então você tem sistemas que estão eminentemente voltados a commodities”. Segundo Denise, o sistema alimentar hegemônico no Brasil é o de produção de commodities, matérias-primas como grãos de soja, milho, café, boi gordo (carne).

Assim, o sistema alimentar que tem mais força no país é aquele em que a “perspectiva (é) que no final ele vai gerar commodities, que tem o seu impacto, obviamente, na economia”. Ou seja, o objetivo final deste sistema alimentar baseado em commodities não é o ato de comer, alimentar, mas sim de vender. Segundo Denise, existem outros sistemas, que podem estar ligados a este ou não, em que o objetivo é produzir alimentos para o consumo da população.

“No Brasil, o que a gente tem é uma distinção importante de sistemas alimentares que estão majoritariamente voltados para a produção de commodities influenciando a produção de outros alimentos, interferindo nos sistemas alimentares que são mais curtos de base familiar.” Denise chama atenção para este último conceito. “Se a gente for pensar a palavra familiar, quase todos os grandes grupos de produção de alimentos, eles são famílias rurais, a questão é que nem todo o sistema de base familiar produz commodities”.

Para explicar melhor, ela se utiliza de outros sistemas alimentares mundiais, como os sistemas alimentares europeus. “São basicamente sistemas que têm como a sua construção cadeias produtivas familiares, que vão atender a produção de alimentos e a disponibilidade àquele povo e vão fazer relações comerciais com outros, mas é muito diferente, por exemplo, das commodities, porque aí as commodities precisam ser entendidas como produção que visa eminentemente a balança comercial, sobretudo na produção de animais, de gado”.



De acordo com a coordenadora do OBHA, precisamos desconstruir a ideia de que o Brasil é um celeiro, obviamente que Denise aponta para a importância da nossa dimensão territorial e o volume de terras agricultáveis, mas “estamos produzindo, efetivamente, alimentos para animais”. “Os sistemas alimentares hoje no Brasil fazem parte de uma lógica que nós chamamos de sistemas alimentares hegemônicos e predatórios, porque eles, para se desenvolverem, precisam frear ou fazer desaparecer os sistemas curtos que estão, por exemplo, baseados em famílias, em populações tradicionais.”

E para transformar os sistemas alimentares?

Quando perguntada como poderemos fazer uma transição de sistemas alimentares, Denise apresenta duas questões essenciais para avançar nesse debate. A primeira tem a ver com o reconhecimento dos sistemas alimentares. O que, para ela, não é algo simples. “Os hegemônicos hoje, estão na mão de grupos financeiros, então eles perderam o contorno de serem sistemas nacionais, eles não são sistemas nacionais, eles são sistemas que têm a lógica de grupos financeiros”, aponta.

“A segunda, do meu ponto de vista, é entender que qualquer alteração não pode ser vista só no contexto econômico brasileiro, tem que ser vista no contexto econômico global, porque o Brasil é peça importante para esses grupos que hoje tem o país como produtora de commodities, inclusive pelo uso abusivo desses agrotóxicos, que são feitos no nosso território e não no deles”.

Para ela, qualquer mudança que se faça não pode ser somente do ponto de vista do Brasil, mas de forma dialógica com o contexto internacional “e esse diálogo é realmente muito difícil, porque existem interesses econômicos mundiais sobre esse tipo de produção. Então, assim, esse lugar do Brasil produzir commodities, depauperando a natureza, fazendo com que algumas culturas desapareçam para ter espaço para a produção de gado, soja, milho, que tem eminentemente a perspectiva de comércio internacional, é um ponto que precisa ser visto nesta perspectiva nacional e internacional”.

Um primeiro passo, segundo a pesquisadora, é de fortalecer estratégias que já estão sendo feitas, como o Programa de Aquisição de Alimentos. “Ele é um programa que nos últimos 4 anos perdeu força. Hoje ele está de novo, retomando, e é um programa que é conhecido como um potencial enorme pela forma com que ele é desenhado, de incentivos, de pacotes financeiros, de investimentos para esses grupos que são produtores familiares, sendo utilizado para alimentação escolar, para hospitais, instituições”.

Mas somente isto não basta, para ela, é necessário mudar a forma como a sociedade brasileira pensa a alimentação também. “É a sociedade brasileira também precisa entender o quanto que a produção que é globalizada é lesiva. Então, trabalhar, consumindo alimentos que são sazonais, trazer incentivos à biomas locais, trazer incentivo a processos de produção de base familiar que sejam sistemas curtos”. Ou seja, políticas públicas devem andar juntas com o esclarecimento para um consumo consciente da alimentação dos produtos.

É possível soberania alimentar para o país?

Como os sistemas alimentares hegemônicos hoje no país, são os sistemas do agronegócio, e o objetivo final é o mercado internacional, para Denise soberania “tem a ver com a capacidade que o país tem de frear essa visão voraz que esses sistemas mais hegemônicos têm, que o agronegócio tem, de se apropriar até de um discurso de produção de alimentos, que utilizaram como base de criação desse sistema há um século, mantendo estilos de produção que são muito lesivos à natureza”.

Ela dá o exemplo da produção de feijão no estado de Goiás. “O Goiás era um estado em que produzia e era conhecido como um estado de produção de feijão, a cada ano foi-se perdendo determinada variedade de feijão e quando você vai ver as razões, elas estão relacionadas, sobretudo à perda de terras, sejam terras quilombolas, sejam terras de pequenos agricultores, para que essas extensões sejam usadas para soja e gado”. Segundo ela, isso interfere na soberania, “a soberania dos povos tradicionais e a soberania de uma maneira geral, da população brasileira”. Então o acesso à terra é central para a garantia da soberania alimentar do povo brasileiro.

## Brotar é Preciso

### Propósito para 2024: criar pontes de acesso e comunicação entre todos os seres e todos os reinos

Por Conceição Trucom - Doce Limão

Em 2023, o Doce Limão tem trabalhado com TEMAS como: 1) A água que bebemos e usamos no preparo de nossos alimentos, 2) As Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC), também conhecidas como hortaliças não convencionais, 3) Os alimentos ricos em Ômega-3, 4) A Cosmética Natural, 5) Os Brotos, micro-verdes e germinados e 6) O Santo Sarraceno.

Embora sejam temas que jamais se esgotam ou deixam de ter importância na nossa vida e saúde de cada dia, em 2024 o nosso foco será o de facilitar as relações entre o agricultor consciente e o consumidor que está buscando ser mais sustentável em vários ou todos os aspectos de sua vida.

Pesquisando sobre Agricultura Familiar e o Rudolf Steiner - o pai da Antroposofia e da Cultura Biodinâmica, encontrei uma imagem que me remeteu fortemente a este Propósito do Doce Limão em 2024: que sejam construídas muitas pontes de comunicação, valorização, respeito, solidariedade e alimentação SANA entre:

- Produtores de BEM com a Terra, com o Planeta e todos os Reinos &
- Consumidores Conscientes, incluso nossas crianças e adolescentes, as Sê-Mentes do Amanhã...

É fascinante chegar numa feira e conversar com os agricultores. Sempre querem me mostrar, que eu prove suas novas colheitas, novas variedades de alguma verdura, fruta, cogumelo, enfim: fico emocionada de ver tudo isso. Mas, quantas vezes fico até o final da feira e vejo eles carregando nos ombros tudo que sobra para seus carros quicadinhos, enlameadinhos, com provas reais dos muitos quilômetros rodados, das milhares de caixas e caixotes transportados.

Fico muito orgulhosa e esperançosa de ver tudo isso e penso sempre:

- Eles amam mesmo o que fazem. Acordaram tri cedo para colher, transportar e arrumar tudo isso para nós. E agora, 3 horas da tarde, mal que mal alimentados, ainda estão nesta labuta. Haja amor pelo que fazem, pela terra, pelos frutos da terra, pelos seus clientes e consumidores.

- Que este amor não acabe Deus. Que este amor cresça, que eles prosperem, que no fechamento que fazemos em diversos ciclos da nossa vida, o saldo deles seja sempre positivo. Que Deus-Amor os proteja.



Um pouco egoísta poderia ser, se estivesse só pensando nos alimentos que deles compro, para mim e oficinas que realizo. Mas não é não, absoluta certeza tenho! Porque não canso de ensinar, escrever, dar

palestras, bolar temas e cursos para que a cada dia consumamos mais e mais destes alimentos, de todo e qualquer agricultor consciente. Seja ele orgânico, biodinâmico, certificado ou não, de fundo de quintal, de sobras da subsistência...

Que cada um aprenda um pouco de sementes, germinados e brotos, de hortaliças não convencionais. Seja para plantar para consumo próprio, seja para um dia ser a sua forma de Servir, se realizar e prosperar ECO. Desejo muito, sonho muito, que cada um tenha na sua agenda mensal, uma visitinha à um produtor rural ou do entorno de sua cidade. Que possa levar suas crianças, adolescentes, amores e amigos para um programa de visitas, plantio, colheita, seleção, transformação, o que seja, ligado à esta conexão, às pontes que são criadas a partir desta intenção, deste Ir e Vir.

Ainda que seja uma forma de lazer, de prazer, de aprender informal, simplesmente degustando os alimentos, a vida Natureza, de fazer novos amigos: de todos os reinos!!!

Ainda que seja uma nova profissão: guiar pessoas de todas as idades, de todas as raças, credos e cores por estas PONTES!

*SONHO ACORDADA...*

*Junto as mãos em oração para que cresçam*

*Agricultura Familiar - Agro Florestas - CSAs*

*Novas Profissões*

*Pessoas felizes, prósperas, realizadas!*

Durante 2024 penso incentivar e facilitar ainda mais esta aproximação PRODUTOR-CONSUMIDOR consciente. Realizar Festivais que marquem concretamente este propósito, incentivando que outros festivais e feiras e CSAs se instalem em cada cidade brasileira e do mundo.

Que venha 2024 e, qualquer que seja o lado que estivermos destas pontes, nos SINTAMOS cada dia mais BEM acompanhados neste PROPÓSITO.

Saiba mais assistindo este [Vídeo - O que significa CSA?](#)

## Semeando

### Conferência de SAN, Boletim da Jaya, curso agroflorestal, vídeos, publicações e muito mais na área

#### Destaques:

- A 6ª Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional - CNSAN - levou pessoas do país todo para Brasília, entre 11 e 14 deste mês. Foi um momento de debater propostas para a sociedade no setor, mas também de celebrar, já que ela esteve suspensa durante o desgoverno Bolsonaro e agora voltou com muita participação da população, que elegeu representantes durante as conferências estaduais e municipais para levarem as pautas fundamentais ao encontro. Se você não acompanhou, [assista a gravação](#) para não perder essa vitória da democracia e de todos que lutam por comida de verdade no prato do povo.

- Durante a 6ª CNSAN, o presidente Lula assinou um Decreto com orientações e ações para promover a alimentação saudável nas escolas do país. O documento possui três eixos: incluir a educação alimentar e nutricional no currículo escolar, restringir a comercialização de ultraprocessados nas escolas públicas e privadas, e diminuir a publicidade desses produtos nesses ambientes. O Projeto de Lei modelo e a [Coleção Escolas Saudáveis](#), feitos pelo IDEC, foram referência da construção do documento. E esse é só o começo. Continuaremos trabalhando e lutando para que uma alimentação escolar saudável seja realidade em todo Brasil! Conheça o [Guia Amarelo](#) e a campanha [Comer Bem Na Escola](#).

- Durante o evento "Transforming Food Systems in the Face of Climate Change" (Transformando os Sistemas Alimentares Face às Mudanças Climáticas, em tradução livre), que aconteceu hoje, dia 1/12, no segundo dia da COP28, em Dubai, foi lançada a declaração dos Emirados Árabes Unidos sobre Agricultura Sustentável, Sistemas Alimentares Resilientes e Ação Climática, assinada por 134 países, incluindo o Brasil.

[A declaração](#) é a primeira do tipo a colocar os sistemas alimentares no centro do debate climático e foi acompanhada do anúncio de recursos financeiros para o setor.

- Como destacou o informe do O Joio e o Trigo, “25% dos alimentos de origem vegetal coletados pela Anvisa apresentaram resíduos de agrotóxicos não autorizados para aquele cultivo. É o que [mostra a nova edição](#) do Programa de Análise de Resíduos de Agrotóxicos (Para), iniciativa que já enfrentou diversos ataques da bancada ruralista. Do total, 0,17% apresentaram risco agudo à saúde. Se passou pela sua cabeça que, então, é melhor mandar ver no Toddynho e no Miojo, por favor, não vá por esse caminho: [ultraprocessados também podem ter resíduos de agrotóxicos](#), além de uma série de outros problemas. Tem saída? Tem, mas ela não é sua: é nossa. Listamos os [desafios para fazer uma política nacional de agroecologia](#).”

- Na semana passada, a PEC 45 - da reforma tributária - foi aprovada pelo Congresso e deve ser promulgada nos próximos dias. O que marca o início de uma nova etapa, em que os poderes executivo e legislativo trabalharão nas leis complementares que vão regulamentar a proposta de emenda constitucional, de modo que é fundamental que a sociedade esteja atenta aos riscos, em um contexto de interferência da indústria nas políticas públicas. Veja a [nota de posicionamento da ACT](#), que destaca os pontos de atenção e reafirma o compromisso de acompanhar a nova fase de debate, zelando pela devida tributação dos produtos nocivos à saúde e ao meio ambiente, como tabaco, álcool, produtos ultraprocessados e agrotóxicos.

- Leia na íntegra a [Nota do MST sobre a COP 28](#) - Conferência do Clima da Organização das Nações Unidas. "Quando a ONU coloca em papel central as grandes transnacionais como Nestlé, Bayer, Microsoft e ExxonMobil, fica evidente que seu objetivo é encontrar soluções financeirizadas e com base em inovações tecnológicas privadas, que permitam a estas empresas ampliarem seus lucros em um contexto de crise estrutural do capitalismo. Portanto, a atual governança mundial sobre o clima que é construída nesses espaços é completamente subordinada aos interesses destas grandes corporações e, conseqüentemente, do norte global.", diz o texto.

### **Ações especiais:**

- Trazemos uma mensagem de companheirxs do MUDA sobre uma ação que marcou a trajetória agroecológica nas artes em SP: Foi incrivelmente maravilhoso performar esta [Coreografia do Impossível na 35ª Bienal de Artes de São Paulo](#), que superou todas nossas expectativas em todos os sentidos!! + de 600mil visitantes, + de 50mil refeições servidas + de 10 toneladas de alimentos pra compostagem! Muitos encontros, trocas e laços fortalecidos em nome da vida, da cultura e do respeito às diversidades! Prazer e honra trabalhar COM e PARA @movimentomstc e @bienalsaopaulo em parceria com tantas outras iniciativas revolucionárias que coloriram e agitaram a programação durante estes 3 meses intensos! A trilha sonora é do @projetoFloema com "Ciclar é preciso" porque não existe permanência sem cultura. E você? Tem interesse em desenvolver projetos de gestão de resíduos e educação ambiental na sua empresa, associação ou na sua cidade? Fale com a gente! 2024 está aí!

- A Rede Agroflorestal do Vale do Paraíba abre as inscrições para a [Formação prática em Horta Agroflorestal](#), o curso de 3 dias terá início nos dias 19, 20 e 21 de Janeiro de 2024 no Assentamento Conquista em Tremembé - SP (Janaína do sitio Anacleto). Podem se inscrever gratuitamente na formação: agricultoras e agricultores dos 6 Assentamentos do Vale do Paraíba e parte das vagas também poderá ser preenchida por agricultoras e agricultores familiares que possuem sítio próprio com interesse no Sistema Agroflorestal.

- E o MST Grande São Paulo convida toda companheirada a fazer uma criança feliz, doando qualquer valor para realização da festa natalina. No Natal Sem Terrinha, haverá oficinas, gincana e apresentações,

além de todas as gostosuras e lembrancinhas que as crianças amam. Você pode doar através do Pix: [galpaoagroecologico@gmail.com](mailto:galpaoagroecologico@gmail.com) e confirmar sua contribuição através do whatsapp: (11) 958498887 – com Rosana.

- Conheça as vivências agroflorestais do assentamento Sepé Tiaraju, por meio do [curta-documentário Entrevivências!](#) Através de diversos relatos, reflete-se sobre a importância das vivências para impulsionar a transformação da monocultura de cana-de-açúcar em exuberantes florestas produtivas. As histórias compartilhadas revelam não apenas a mudança na paisagem, mas também uma união poderosa entre campo e cidade.

### **Boletins, publicações e relatórios:**

- A Casa Jaya já divulgou a [última edição do 1º ano de seu Boletim](#). Um sonho antigo, ele ganhou vida em agosto deste ano, trazendo matérias, novidades, agenda, dicas culturais e contando um pouco do que acontece na Ecovila SITIOM, na Associação Casa Jaya e na nossa Rede. Foram 90 páginas em 5 edições cheias de arte, fotos, conteúdo e links para você expandir a leitura. Este mês, o destaque é a Retrospectiva de 2023 com os principais acontecimentos do ano. Traz também uma homenagem ao Nêgo Bispo e um resumo do que rolou no Congresso Brasileiro de Agroecologia.

- Dica do [blog do Sindinutri SP](#): Que tal promover uma caçada ao tesouro no quintal de casa? É isso que propõe o livro infantil “O tesouro do meu avô”, [disponível para download](#) no site da Empresa de Pesquisa Agropecuária e Extensão Rural de Santa Catarina - [Epagri](#). A intenção da publicação é resgatar o conhecimento sobre plantas tradicionais, que hoje são chamadas de plantas alimentícias não convencionais (PANCs), e incentivar o seu uso de forma segura. Serve também como um guia para adultos e crianças reconhecerem corretamente as plantas comestíveis.

- Foi publicado o [e-book do LIS-EAN](#) - Laboratório de Inovação em Educação Alimentar e Nutricional. O LIS-EAN teve como objetivo identificar, selecionar e compartilhar vivências em EAN à luz do Marco de Referência em Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas, que completou 10 anos em 2022.

- A Rede Eclesial Pan-Amazônica - REPAM e bispos que atuam na região da Amazônia se reuniram com ministérios e o Supremo Tribunal Federal para desenvolver [agendas de diálogo e incidência](#) em defesa do equilíbrio climático. O documento “Escuta dos Povos Amazônicos” aborda temas cruciais como insegurança alimentar, demarcação de territórios e emergência climática. Além das movimentações da REPAM, 88 pesquisadores uniram esforços para produção do livro "Diálogos Amazônicos: contribuições para o debate da sustentabilidade e inclusão". Recém-publicado pela Escola São Paulo de Ciência Avançada (ESPCA), o livro debate temáticas como degradação, impactos de larga escala, inclusão, diversidade cultural regional e transnacional e, ainda, aspectos relacionados à governança local e transdisciplinaridade.

- No último dia 13, ocorreu o [Seminário](#) e lançamento do [e-book](#) Sustentabilidade – Conexões entre o Indivíduo, a Cidade e o Planeta. A iniciativa visa discutir os principais desafios da sociedade contemporânea, considerando o uso do plástico, a obsolescência programada e os objetos, os eletrônicos, o que comemos, como moramos e o que vestimos e como a sociedade vem respondendo a esses desafios por meio de iniciativas de ESG, a adoção de práticas de economia circular e o consumo consciente.

- Destaque no [site do O Joio e o Trigo para um estudo](#) realizado no interior paulista se soma às evidências científicas que expõem a contaminação por glifosato a partir de alimentos. Interpretação de pesquisador é de que alto consumo de ultraprocessados é o principal potencializador de efeitos negativos.

## Posts, vídeos e podcasts:

- Tem post imperdível no [Instagram da Valéria Paschoal](#), nutricionista da VP sobre a importância de cuidar do solo! A Sociedade Internacional de Ciência do Solo criou o Dia Mundial do Solo, comemorado em 5 de dezembro, data oficializada pela Assembleia Geral das Nações Unidas. Ela é habitat para inúmeras espécies de seres vivos, é fonte de nutrientes essenciais para as florestas e lavouras, tem a capacidade de filtrar a água, participa da regulação da temperatura e da emissão de gases do efeito estufa. A VP Centro de Nutrição Funcional sempre valorizou a integração entre a saúde humana e do planeta, destacando a importância da saúde do solo no contexto da Nutrição 5S, juntamente com a saúde física, emocional, espiritual e social. Confira o [post completo](#), que faz uma linda homenagem a nossa mestra da Agroecologia, Dra. Ana Primavesi, e aproveite para curtir outros posts legais por lá. Sempre há a divulgação de novas descobertas sobre a nossa biodiversidade e seu poder nutritivo.

- E aqui uma reflexão da [Dra. Natália Marques](#) em sua página no Instagram: Autonomia alimentar é a capacidade de tomar decisões conscientes sobre o que colocamos em nosso prato em todas as refeições e ocasiões, considerando não apenas o sabor, mas também o impacto que estas escolhas tem em nosso corpo, nossa saúde, qualidade de vida e no mundo ao nosso redor. É hora de refletirmos sobre nossas escolhas e hábitos alimentares, e assim, explorarmos maneiras de nos tornarmos mais autônomos em nossas escolhas. Isso envolve conhecer a origem dos alimentos, entender os benefícios nutricionais e, principalmente, realizar escolhas que estejam alinhadas com nossos valores e objetivos de saúde. O maior foco da autonomia- é o ajuste da alimentação de acordo com o que o metabolismo precisa e com a capacidade do corpo de lidar com aquele grupo alimentar naquele momento. A autonomia alimentar também nos permite apreciar a diversidade de sabores naturais, experimentando ingredientes frescos e locais. Ao nos reconectarmos com a comida de uma maneira mais consciente, contribuimos para um estilo de vida mais saudável e sustentável. Vamos começarmos essa jornada juntos? Compartilhe nos comentários suas experiências, dicas ou perguntas sobre autonomia alimentar. Vamos inspirar uns aos outros a fazer escolhas mais conscientes e a construir um relacionamento mais saudável com a comida e consequentemente, consigo mesmo.

- No último dia 8, ocorreu o webinar [Alimentos e água são direitos fundamentais: abordagens humanitárias em contextos de guerra](#), promovido pela Rede PENSSAN. Ele contou com as apresentações de Michael Fakhri, Relator Especial das Nações Unidas pelo Direito à Alimentação; Molly Anderson, especialista do IPES-Food e professora de Estudos Alimentares na Faculdade Middlebury; e do diplomata Milton Rondó. Renato Maluf, do conselho consultivo da Rede, fez a abertura. A mediação da conversa foi da coordenadora da Rede, Sandra Chaves.

- Confira o episódio [Agroecologia não é mercadoria](#) do Podcast Prato Cheio, iniciativa do O Joio e o Trigo. E aproveite para ouvir os outros episódios porque o Joio venceu o Prêmio Direitos Humanos de Jornalismo na categoria áudio. Trata-se de uma das premiações mais tradicionais do jornalismo brasileiro, iniciada com muita coragem ainda durante a ditadura. O episódio premiado é o primeiro de 2023. [A invenção da propriedade privada](#) abre a série do Prato Cheio sobre o avanço do agronegócio em terras indígenas.

- Já está no ar a edição 141 da Semana da Terra – As notícias ambientais em 1 minuto. A ambientalista Cláudia Visoni traz um resumo do que aconteceu nos últimos dias, com ênfase nos resultados da COP 28, que ficou bem aquém do necessário, aprovando um Fundo de perdas e danos para ajudar países pobres a lidar com tragédias climáticas que é 3.000 vezes menor do que os gastos militares mundiais. Veja o post com todas as notícias no [Instagram](#) da ativista.

- Reportagem da BBC sobre microverdes ou microverduras apresenta que eles são uma tendência na alimentação saudável porque estão cheias de micronutrientes essenciais ao corpo como ferro, zinco,

potássio, cálcio, manganês, selênio. E ainda contém fitoquímicos que trazem efeitos benéficos como ácido acicórbico, filoquimonas, alfa-tocoferol, betacaroteno, antioxidantes fenólicos. A versão micro do repolho roxo possui 260 vezes mais betacaroteno do que a verdura adulta. [Confira](#) e comece a cultivar em sua casa também.

## CSAção

### **Comunidade que Sustenta a Agricultura traz uma proposta que estimula a quebra de paradigmas**

Por Luiz Fernando de Paula, integrante da diretoria da Associação Comunitária CSA Brasil

Em uma CSA (Comunidade que Sustenta a Agricultura) buscamos experimentar novas formas de acesso ao alimento, onde o mesmo não é mais considerado como um produto e sim como algo vital ao ser humano ofertado pela natureza e assim nos vemos como parte de um todo. E este todo é a própria natureza. Partindo deste entendimento, não é mais possível praticar a velha e habitual relação de comércio, de compra e venda, assim fugimos da lei da oferta e da procura.

Tratando o alimento como algo sagrado que nos mantém vivos fica impossível precificá-lo.

Da mesma forma que não vamos ao mercado comprar ar (oxigênio) por litro ou metros cúbicos, não deveríamos comercializar o alimento que vem da terra. Infelizmente, a sociedade vem caminhando para que em breve esse exemplo que beira ao absurdo se torne uma triste realidade já que nosso ar puro está cada vez mais rarefeito, abrindo uma brecha para que novos mercados de ar respiráveis se tornem promissores no futuro próximo, pois a procura em se manter vivo será grande.

Essa realidade já se encontra com os alimentos, onde muitas vezes é mais fácil (prático e rápido) ter acesso a um alimento ultraprocessado do que a um alimento natural, extraído da terra, sem veneno e sem fertilizantes químicos. Já se vende água engarrafada há muitos anos por insegurança em se beber direto dos rios. Basta olharmos no mercado e comparar a área destinada aos alimentos in natura com a área dos produtos embalados. E no caso de mercados convencionais e acessíveis à maioria da população estes alimentos da área de hortifruti estão repletos de agrotóxicos.

É por isso que buscamos viver em CSA, para resgatar esse apreço ao alimento. Entender o alimento como algo vivo é saber que como qualquer forma de vida, ele precisa ter condições para que esteja mais que vivo, esteja saudável. Assim como a vida humana necessita de um acolhimento e condições favoráveis desde a gestação (pré-natal), primeira infância, infância e cuidados na adolescência para que este Ser se torne um adulto saudável e tenha uma vida plena, os alimentos também precisam de cuidados.

O preparo do solo, a germinação da semente, o cultivo adequado ao tempo e as necessidades de cada espécie, respeitar as épocas de cada cultura e a forma de se colher e distribuir o alimento são essenciais para garantir sua vitalidade. O sistema atual o qual vivemos nos tirou essa percepção nos distanciando da terra e nos entregando tudo a pronta entrega nas gôndolas do mercado o ano todo. Participar de uma CSA faz nos entender que este cuidado envolve todo o ambiente que nos cerca: a água, o ar, os animais, as plantas, as pessoas...

E é pensando em tudo isso que se chega no valor da cota de sustentação (mensalidade) de uma CSA. Afinal, quanto precisamos para manter as condições ideais e necessárias para que a natureza nos devolva alimentos saudáveis que prolongarão nossa existência?

O valor financiado por cada membro de uma CSA (que chamamos de co-agricultor, pois também passa a ter participação e responsabilidades dentro desse organismo) não é referente ao que se leva semanalmente para casa e sim para compensar financeiramente o trabalho humano e os insumos necessários para que o alimento chegue ao fim de seu ciclo em sua melhor forma.

É por isso que é impossível precificar um pé de alface.

Na lógica da CSA o pé de Alface tem o mesmo valor de um cacho de banana, de um pé de mandioca, um pé de couve, uma cenoura, do canto dos pássaros, do fluir do rio, do ar fresco...

São as necessidades para se preservar a natureza que tem seus custos que nem sempre são financeiros. A mudança de alguns velhos hábitos que não fazem mais sentido pode suprir uma necessidade. O alimento em si é apenas uma consequência, ou melhor, uma recompensa da natureza pelo cuidado.

E o pagamento deve ser antecipado, afinal o alimento que tem seu ciclo mais curto vai estar pronto para ser colhido depois de uns 30 a 45 dias depois de semeado. Tem espécies que levam 4 meses, outras podem levar 6 meses e algumas levam anos para darem os primeiros frutos ou raízes, como a mandioca por exemplo. É por isso então que em um organismo agrícola que se propõe a vivenciar uma CSA é inviável haver comércio para pessoas que não fazem parte desta CSA, afinal, tudo que está plantado ali já foi pago, seja financeiramente, com a consciência ou com o trabalho humano.

Qualquer pé de alface vendido "por fora" faz com que esta relação de confiança e apreço que norteia a CSA se quebre. É preferível que se doe, porém não há horta no mundo que seja capaz de doar para todos que pedem ou precisa, afinal, nesta realidade a qual estamos vivendo nunca estará sobrando alimentos, pelo contrário, basta olharmos a nossa volta e constataremos a escassez a qual estamos inseridos e praticar o comércio apenas reforçará esta lógica do capital, fazendo com quem tem dinheiro para pagar fure a fila de quem não tem e assim aquele simples maço de couve que poderia ser doado a uma creche ou à uma família em vulnerabilidade se perdeu no caminho, gerando um desperdício moral àquela nova proposta de se viver em comunidade e perpetuando assim a desigualdade social.

É por isso que dizemos que viver em uma Comunidade que Sustenta a Agricultura é migrar da cultura do preço para a cultura do apreço e que o grande segredo para o sucesso desta iniciativa é o entendimento.

### **Cuidado: Veneno!**

#### **Pacote do Veneno aprovado no Senado coloca vidas brasileiras em risco, afirmam técnicos da Anvisa** Por Julia Dolce - Repórter Brasil

A principal mudança trazida pelo PL 1459/2022, conhecido como PL do Veneno, é a limitação do papel da Anvisa (Agência Nacional de Vigilância Sanitária) e do Ibama (Instituto Brasileiro do Meio Ambiente) no registro de novos agrotóxicos. O esvaziamento da competência dos dois órgãos federais também se estende à reavaliação de pesticidas já autorizados, mas cujos efeitos nocivos tenham sido objeto de novas pesquisas científicas.

As novas regras aprovadas pelo Senado em novembro preocupam ambientalistas e profissionais da saúde por retirar poder de técnicos e cientistas dessas duas áreas na tomada de decisão sobre agrotóxicos. O presidente Luiz Inácio Lula da Silva (PT) tem até o dia 27 de dezembro para vetar ou sancionar o PL. Em caso de veto, porém, o Congresso pode derrubar a resolução de Lula.

Pela atual [Lei de Agrotóxicos](#), em vigor desde 1989, o Ministério do Meio Ambiente, por meio do Ibama, e o Ministério da Saúde, através da Anvisa, compõem um sistema tripartite ao lado do Ministério da Agricultura e da Pecuária (Mapa). Hoje, cada um desses órgãos tem poder de vetar as aprovações de agrotóxicos. No entanto, o PL desmonta esse sistema e concentra no Mapa a palavra final.

A Repórter Brasil ouviu servidores da Anvisa e do Ibama para entender os principais impactos dessa desestruturação. Na avaliação dos entrevistados, a atuação do Ministério da Agricultura tem se mostrado refém dos interesses das principais multinacionais fabricantes desses produtos. Essas empresas têm por estratégia questionar evidências científicas reconhecidas internacionalmente para manter o Brasil como [um dos principais mercados de agrotóxicos proibidos na Europa](#). Temendo as consequências de um protagonismo da Agricultura, os servidores dos órgãos ambiental e da saúde vêm se pronunciando pelo veto ao PL do Veneno.

“A Anvisa perderá o poder de proibir substâncias que sejam de alto risco para a população brasileira”, afirma Yanda Torres, diretora financeira da Sinagências, sindicato que representa os servidores da Anvisa. O órgão publicou uma nota no início do mês afirmando que a nova lei “põe vidas brasileiras em risco” ao flexibilizar o registro dos agrotóxicos. O texto destaca um “flagrante conflito de interesses” em deixar o poder de decisão sobre agrotóxicos exclusivamente com o Ministério da Agricultura.

“A gente vê com muita angústia esse retrocesso. O Ibama e a Anvisa vão se tornar meros coadjuvantes”, afirma Clara Costa, diretora da Asibama-DF, que representa os servidores do Ibama. Na semana passada, a Repórter Brasil [teve acesso](#) com exclusividade a uma nota técnica do órgão



reivindicando seis “vetos essenciais” aos artigos da nova lei de agrotóxicos – dentre eles, o trecho que versa sobre a redução de competências do órgão ambiental e do órgão sanitário.

Em resposta à Repórter Brasil, a Anvisa informou que avalia o impacto da nova lei nos processos de trabalho da agência e se manifesta apenas no âmbito do processo legislativo. O órgão destacou também que “sempre estará comprometido com a saúde da população”.

De acordo com [dados](#) do Programa de Análise de Resíduos de Agrotóxicos em Alimentos (PARA), da Anvisa, um em cada quatro alimentos de origem vegetal no Brasil tem resíduos de agrotóxicos proibidos ou em quantidades acima do permitido. Os dados são de 2022 e foram divulgados em 6 de dezembro, uma semana após a aprovação do PL do Veneno.

O [relatório](#) destaca a redução de 0,55% para 0,17% no número de amostras com risco agudo de contaminação, entre 2018 e 2022. Segundo a Anvisa, esse resultado positivo pode ser atribuído à proibição ou à restrição de ingredientes ativos como o carbofurano, inseticida usado na cultura de frutas e hortaliças. O processo que proibiu o carbofurano é didático para entender o que pode acontecer daqui para frente. Considerado altamente perigoso pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e proibido na União Europeia e em países como os Estados Unidos e o Canadá, o produto pode gerar efeitos neurotóxicos e teratogênicos (anomalias). Ainda assim, o Ministério da Agricultura foi contra a proibição do uso do produto.

“O Mapa contribuiu com consulta pública em 25 de fevereiro de 2016, discordando da proposta de proibição do Carbofurano devido à relevância desse produto para o controle de pragas agrícolas em culturas economicamente importantes como a cana-de-açúcar e o café”, relatou a Anvisa em parecer técnico que, por fim, vetou a substância.

Segundo o engenheiro agrônomo Vicente Almeida, servidor por 13 anos da Embrapa (Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária), as proibições de ingredientes ativos de novos agrotóxicos são resultado principalmente dos pareceres da Anvisa e do Ibama, na contramão do posicionamento da Agricultura. “As proibições acontecem para preservar a saúde humana e o meio ambiente, e a análise sobre essas áreas não é competência do Mapa. O ministério se manifesta apenas sobre a eficácia do agrotóxico para combater o fungo, a bactéria ou o inseto em questão”, explica. De acordo com Almeida, o Mapa “sempre se posiciona pela manutenção de moléculas”, mesmo que antigas, “porque são de interesse da grande indústria para manter seus lucros elevados”, opina.

Segundo Almeida, a atuação da Embrapa não pode ser considerada isenta. “Acompanhei de perto a fragilidade da Embrapa frente à sua autonomia no sentido de subsidiar a população brasileira com informações livres e não viciadas por interesses econômicos precisa avançar muito”.

A assessoria de imprensa do Mapa emitiu uma nota genérica em que, dentre outras coisas, afirma que “o volume de liberação [de agrotóxicos] não tem relação direta com Governo e sim com a melhoria da eficiência da Administração Pública para atendimento dos prazos estipulados em Decreto e para se adequar à necessidade de harmonização com os avanços científicos na obtenção de registros de produtos mais modernos e menos tóxicos”.

Por meio de nota, a assessoria da Embrapa afirmou que “suas pesquisas sempre se embasam em critérios técnicos e científicos e jamais se pauta em interesses políticos ou se submete a pressões ao realizar o seu trabalho. Mediante o exposto, afirmar que existe uma captura da Embrapa e do Mapa de maneira geral pelas principais empresas do setor dos agrotóxicos torna-se uma afirmação infundada e que carece de bases de comprovação”. [Clique aqui](#) para ler a íntegra das respostas.

Almeida atua hoje como pesquisador na Fiocruz (Fundação Oswaldo Cruz). Em 2018, ele foi demitido da Embrapa após publicar um [artigo científico](#) sobre o aumento do consumo de agrotóxicos em decorrência da adoção de sementes transgênicas, ao contrário do discurso padrão das empresas do setor. O pesquisador considera que há uma “clara captura da Embrapa pelas grandes corporações”. Ele afirma que as multinacionais dos agrotóxicos se reúnem semanalmente com as chefias da empresa.

Almeida acredita que sua demissão se deva a motivos políticos. Ele ganhou uma ação na Justiça e retornou ao trabalho em 2020. No entanto, foi [afastado novamente](#) meses depois de ser reintegrado. Hoje, ele coordena a [Rede Irerê de Proteção à Ciência](#), que busca a criação de uma Comissão da Verdade para investigação da perseguição de cientistas no Brasil.

A suposta perseguição de empresas a servidores não se restringe à Agricultura. Luiz Cláudio Meirelles, pesquisador de Saúde Pública na Fiocruz e ex-gerente geral de toxicologia da Anvisa, conta que foi exonerado do órgão em 2012 após denunciar fraude em assinaturas de laudos toxicológicos na análise de agrotóxicos. Na época, após a exposição do caso na imprensa, a Anvisa [informou](#) que abriria uma auditoria para analisar a denúncia. Meirelles afirma que nunca prestou depoimento ou sequer soube da ocorrência da auditoria. A Repórter Brasil consultou o órgão sobre a existência da auditoria sobre o caso, mas não obteve resposta.

Meirelles lembra que grande parte de seu trabalho à frente da toxicologia da Anvisa envolvia explicar às empresas de agrotóxicos o porquê das negativas nos registros de produtos. “O setor tentava desqualificar o órgão e seus técnicos. Se não conseguiam por via política, iam para a Justiça”.

De acordo com Clara Costa, da Asibama-DF, não apenas os processos futuros de reavaliação de ingredientes ativos serão prejudicados caso a nova lei seja sancionada sem vetos pelo presidente Lula. Ela explica que a nova legislação entrará em vigor assim que for publicada, criando uma insegurança jurídica em relação aos processos de reavaliação em curso. Entre os ingredientes ativos atualmente em [processo de reavaliação](#) por danos ao meio ambiente estão o tiametoxam (em fase final) e o fipronil (em fase inicial). Ambos os produtos têm sido associados à morte massiva de abelhas pelo mundo.

A reportagem teve acesso a uma apresentação feita na Câmara dos Deputados, em julho de 2013, pelo então coordenador geral de Avaliação de Substâncias Químicas da Diretoria de Qualidade Ambiental do Ibama, na qual é apresentada uma cronologia das medidas adotadas pelo órgão até então para proteger polinizadores de agrotóxicos. O documento mostra que, em fevereiro de 2011, o Ibama produziu o primeiro comunicado com a intenção de reavaliar o fipronil, o tiametoxam e outros dois ingredientes ativos, após pesquisas internacionais indicarem sua periculosidade para os polinizadores. Em abril do mesmo ano, o Mapa foi informado da possibilidade de suspensão da pulverização aérea desses produtos.

Na ocasião, o (Sindag) Sindicato Nacional de Empresas de Aviação Agrícola procurou o Ibama questionando a medida. Em seguida, o Mapa enviou ao Ibama um documento atestando a segurança da pulverização aérea, sem sequer mencionar a proteção aos polinizadores. No mesmo mês, a Basf, uma das maiores multinacionais do setor, solicitou a retirada da modalidade de aplicação aérea de todos os seus produtos contendo fipronil. Ainda segundo o documento do Ibama de 2013, o Mapa teria feito mais uma tentativa para flexibilizar as restrições.

Segundo Costa, com o PL do Veneno, o Mapa poderá ou não solicitar informações complementares ao Ibama e à Anvisa em processos de reavaliação de riscos de agrotóxicos. Hoje, a reavaliação é coordenada pela área na qual as observações de riscos foram feitas (agronômica, sanitária ou ambiental). “Tem um dispositivo no PL que diz que a reanálise considerará aspectos econômicos, fitossanitários e possibilidades de substituição do produto. Na prática, significa que caso um produto não possa ser imediatamente substituído ou caso o Mapa julgue que ele tem uma importância econômica ou fitossanitária, pode escolher não seguir com a reanálise”, explica.

Além disso, o PL estabelece um prazo de um ano para a conclusão do processo de reanálise de agrotóxicos, o que, segundo Costa, torna o processo praticamente impossível, devido à falta de efetivo da Anvisa e do Ibama e a morosidade do processo. “Nosso quadro de servidores nessa área não chega a 70 pessoas, é muito aquém do efetivo das agências de outros países”, afirma. Já a Anvisa, de acordo com a Sinagências, conta atualmente com o menor efetivo de servidores desde a sua criação. “Todas as áreas demonstram grave falta de pessoal”.

Obs. Veja também a [matéria da Agência Repórter Brasil](#) sobre os seis vetos que o IBAMA solicita em relação ao Pacote do Veneno.