



## Boletim Nutrindo a Mudança – ABRIL DE 2024

### Quem rotula quem, no mundo da alimentação-mercadoria?

Por Susana Prizendt - C. P. C. A. P. V. e MUDA-SP - publicado originalmente no [Outras Palavras](#)

*Enquanto a sociedade começa a reagir à aplicação das novas regras para a rotulagem, departamentos de marketing da indústria alimentícia seguem monitorando cada compra que fazemos – e nos encaixando em infundáveis rótulos para nos explorar como consumidores*

Há alguns meses, as embalagens de produtos alimentícios industrializados começaram a trazer um novo ícone em seus rótulos. Após muitos anos de um debate acalorado (para não dizer que se tratou de um verdadeiro cabo de guerra), organizações sociais e corporações atuantes no setor da alimentação estão, agora, acompanhando o processo de implementação do que é chamado de [Rotulagem Nutricional Frontal](#). Como previsto na nova norma, a figura de uma lupa, estampada de forma inquestionavelmente visível na parte da frente das embalagens, passou a avisar os consumidores que determinado produto tem alta concentração de açúcar adicionado, sódio e/ou gordura saturada.

Embora existam prazos mais longos para que algumas categorias de alimentos embalados tragam as adaptações requeridas, os efeitos gerados por essa medida no comportamento da população já começaram a ser investigados. Os dados indicam mudanças na forma com que as pessoas se relacionam com produtos classificados como ricos nesses elementos - o que significa que houve o entendimento de que são prejudiciais à saúde. Fica evidente, mais uma vez, como as imagens e as frases usadas para compor rótulos têm poder sobre os mecanismos racionais e emocionais que levam à escolha do que compramos e ingerimos, algo que qualquer aluno de publicidade já está careca de saber.

Se você quiser ter uma ideia das transformações esperadas com a entrada da lupa em cena e quais as outras estratégias que poderiam ser associadas a ela, sugiro [assistir ao vídeo](#) da série “Pergunte a um pesquisador” do Nexo Políticas Públicas, com a professora doutora do Departamento de Nutrição da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo (FSP-USP) Ana Paula Bortoletto. Para entender a história dessa construção e aprofundar as questões que ainda estão em curso nesse processo, vale a pena acompanhar [o debate](#) “O primeiro ano de implementação da nova norma de rotulagem nutricional de alimentos”, coordenado pelo Instituto Brasileiro dos Direitos do Consumidor (IDEC).

Mesmo reconhecendo que a adoção do novo modelo de rotulagem foi uma conquista de peso para a nossa sociedade, ele ainda está longe do sistema que seria necessário estabelecer para que tenhamos acesso pleno às informações sobre o que consumimos. É por isso que as entidades que atuam para promover a regulação da indústria do setor e proteger a população de seus abusos, como o próprio [IDEC](#) e a [Aliança pela Alimentação Adequada e Saudável](#) propõem outras alterações nos rótulos, fazendo com que o sistema seja mais eficiente em alertar o público para que evite comprar o que não faz bem. Só que enfrentar a força trilionária da indústria alimentícia não é sopa, e triturar os pedregulhos que ela nos enfia boca adentro, através de seus advogados, lobistas e publicitários, exige muita resiliência.

Daria para discutirmos aqui muitos aspectos que precisam ser levados em conta na construção de uma norma realmente eficaz em desestimular a produção e o consumo de alimentos que não são saudáveis. Recomendo que naveguem nos sites das organizações que eu mencionei acima, para colherem mais informações. Entretanto, neste momento, eu gostaria de deslocar nosso olhar para um outro aspecto do

processo de estabelecimento de classificações em nosso cotidiano - o que se refere às próprias pessoas. De fato, é perceptível que existe uma capacidade crescente por parte do setor empresarial de definir “rótulos” para produtos bem diferentes do que os feitos em suas linhas de fabricação: nós.

Sabemos que, com a entrada em cena de tecnologias que embaralham mundo real e mundo virtual e de mecanismos que potencializam o monitoramento e a manipulação de dados sobre o que fazemos, nós humanos passamos a ser tratados como mercadorias - e já somos, como estas, negociados no varejo e no atacado pelas Big Tech e departamentos publicitários de corporações de setores dos mais diversos, internacionalmente.

Esse fenômeno é parte do que o filósofo [Pierre Lévy](#) definiu como o reinado dos Estados-Plataforma. Segundo ele, “muitas funções sociais e políticas, que são funções tradicionais dos Estados-nação, estão passando para essas companhias”. O modo como essas gigantes tecnológicas vêm burlando - ou mesmo redefinindo as regras nos territórios em que penetram - tem permitido a coleta massiva de informações sobre seus povos e a criação de uma espécie de poder paralelo, que não está sujeito às formas de regulação mais comuns. Rompendo a noção de fronteira, elas operam em circuitos virtuais transnacionais que parecem intangíveis, mas produzem impactos bastante reais na vida dos habitantes de cada localidade, inclusive no resultado das eleições de seus representantes públicos. Um exemplo atual dessa disputa de poder entre elas e os Estados-nação é a queda de braços que temos testemunhado entre o X, antigo Twitter, e o STF - Supremo Tribunal Federal - aqui no Brasil. Não vou entrar nesse vespeiro, mas você pode ler uma análise interessante no artigo [‘Elon Musk e a extrema direita S.A.’](#), escrito por Glauco Faria no *Outras Palavras*.

O fato é que nos deixamos monitorar em um nível tão inacreditável, que há quem diga que as Big Tech conhecem você melhor do que você mesmo. Em certos aspectos, pode até ser verdade.

### **Cada um/uma na sua caixinha**

Se você fosse definir um perfil para você, em relação aos seus hábitos alimentares, como ele seria? Formigona, petisqueiro, musa fitness, carnívoro inveterado, apreciador de comfort food, chegada em novidades, flexitariano... Realmente, categorias não faltam e, hoje em dia, até mesmo dentro delas há divisões e subdivisões ad infinitum. Vivemos a dicotomia de sermos objeto de um processo de extrema massificação, ao mesmo tempo em que alimentamos a ilusão de ter acesso às exclusividades que um pesado sistema tecno-marqueteiro nos promete a cada instante. Seja quem você for, pode ter certeza de que os Estados-Plataforma têm uma caixinha para o (ou a) enfiar e, é claro, tentar moldar seu comportamento para atender interesses nada louváveis, sejam políticos ou econômicos; esferas sempre - e cada vez mais - difíceis de separar.

Eu me considero um tanto quanto fora do padrão no mundo da comida, já que quase não compro produtos industrializados e, dia sim e dia também, cozinho do zero (ou seja, a partir de alimentos in natura) praticamente tudo o que como. Inclusive, procuro boicotar todas as redes de *delivery* de comida pronta, já que, além de “traficarem” verdadeiras bombas comestíveis de implosão da saúde, ainda submetem entregadores e cozinheirxs a condições de trabalho inaceitáveis, como já descrevi em [artigo anterior](#), também publicado no *Outras Palavras*. Mas não é por isso que deixo de entrar em algum tipo de classificação feita pelas redes marqueteiras, sempre ávidas em encontrar nichos de mercado para escoar suas mercadorias. Ofertas direcionadas já são o beabá nas compras online e, mesmo nas compras ao vivo, descontos personalizados são oferecidos em programas de fidelidade de lojas das mais variadas marcas.

Em geral, recebo propaganda de produtos natureba e vegetarianos, orgânicos ou não. Mas, incrivelmente, também aparecem, para mim, anúncios de guloseimas totalmente artificiais e não saudáveis, das quais passo longe. Será que ainda esperam que nós, representantes do público teimoso em evitar o que faz mal, percamos o tino e gastemos nosso suado dinheirinho com as tais tentações irresistíveis que abarrotam, despudoradamente, nossos espaços físicos e virtuais? Ou será apenas para demarcar território e dar um recado do tipo: “estamos aqui e dominamos o mundo, não adianta nos ignorar nem lutar contra nós porque você é só uma ridícula gotinha insossa de água, em meio ao nosso monumental oceano de delícias”?

De fato, acho que os peixes grandes da indústria de guloseimas não apenas não desistem nunca de viciar nossos paladares, como estão sempre zelando para que reconhecamos o [domínio que exercem em escala global](#), desmotivando reações contrárias frente a tão opulento poder. Impossível ignorar que a meia dúzia de corporações alimentícias que controla a maior parte dos mercados planetários é mesmo onipresente e, cada vez mais, tenta se tornar onisciente, ao monitorar não apenas o que compramos e ingerimos, mas, também, o que desejamos comer e beber.

Se as pesquisas de aceitação de novos produtos alimentícios já são velhas de guerra no universo da marquagem, e o uso de laboratórios científicos para avaliar as respostas fisio e neurológicas das pessoas em relação aos sabores, aromas, texturas, cores, etc já não é nenhuma novidade, agora é possível potencializar inimaginavelmente esses recursos com a chegada da tal Inteligência Artificial Generativa.

Sendo assim, não se assuste se, uma hora dessas, aparecer na linha do tempo de uma das suas redes sociais um anúncio de um produto que você mesmo nem tinha percebido que era exatamente o que desejava. Adivinhos virtuais parecem despontar no horizonte e as relações entre seres humanos e máquinas seguem em mutação, enchendo os bolsos de alguns e tirando o sono de muita gente.

Por falar em adivinhos, entre os CEOs do circuito de delivery de fast food, há quem diga que todas as pessoas vão deixar de cozinhar em casa daqui há alguns anos. Escrevi sobre essa polêmica no artigo [Cozinhar ou não cozinhar: eis a questão?!](#), no site da Mídia Ninja.

### **In-fidelidade**

Já que mencionamos a onipresença dos anúncios, que tal um desconto na sua próxima compra? É só você participar do clube de benefícios do supermercado A ou da farmácia B, que receberá ofertas exclusivas e cupons que dão direito a um “cashback” - ou seja, um crédito equivalente a determinada porcentagem do que você gastou com seu pedido atual. Parece irresistível, não é?

E seria mesmo uma grande vantagem, se o valor que supostamente “devolvem” para você não estivesse absolutamente computado no sistema de precificação das mercadorias. A velha tática de aumentar os preços para depois baixá-los e fingir que um produto está em promoção segue ganhando novas roupagens e as pessoas ficam felizes ao se deixarem enganar pelos anúncios, ignorando que, para terem direito ao tal valor, serão obrigadas a comprar novamente daquela empresa e assim sucessivamente, o que gera um vínculo permanente.

Um dos pontos que merece atenção é que, assim como ocorre com os rótulos dos produtos, o que interessa às empresas aparece em letras bem grandes e coloridas, como as frases que anunciam as benesses. Já o que não interessa tanto, como as condições para que você tenha direito às promoções, constará em algum lugar menos visível e com letras quase ilegíveis. Se você conseguir enxergar essas minúcias, verá que, para ganhar o cashback anunciado, precisa comprar no mínimo um determinado valor em produtos, o que pode fazer com que acabe comprando coisas que nem está precisando, somente para não perder a “vantagem” conquistada.

O nome para esse mecanismo é fidelização do cliente. Uma vez que você tenha caído na armadilha, vai ficar menos suscetível às “cantadas” que recebe de empresas concorrentes e deixar de detectar preços ou produtos melhores que, eventualmente, elas possam oferecer. O sistema coloca as pessoas em um verdadeiro ciclo vicioso, uma vez que, além de não querer perder o direito ao cashback prometido, vão receber mais e mais anúncios publicitários sobre a empresa com a qual “se casaram”, ao seguirem efetuando novas compras. Não, não é coincidência que ela passará a aparecer em todos os espaços virtuais que você acessa, não deixando que receba os anúncios da concorrência. E, dentro dessa rede de concorrentes, quem mais sofre são os antigos mercadinhos de bairro, já que não costumam dispor de tecnologia e grana para entrarem nesse páreo (vários deles já foram ao chão depois que o [“furacão Oxxo”](#) passou em seus territórios).

Mas, embora você tenha se tornado fiel, nem sonhe que a tal empresa também se tornará. É ela quem faz as regras e pode alterá-las quando der na veneta - o que costuma acontecer um pouco depois que você já se tornou habituê em fazer suas compras rotineiras através dela. E, embora ela possa, a todo momento, enviar a você formulários para que avalie o serviço prestado, a chance de conseguir a volta de um benefício excluído é pequena porque a maior parte das pessoas não tem tempo (ou paciência) para

responder essas pesquisas e as empresas só iriam realmente voltar atrás se percebessem que houve uma reação de boicote em massa, capaz de prejudicar o faturamento.

É assim que a marca mais barata ou de melhor qualidade começa a não estar disponível no estoque, os produtos em promoção passam a se esgotar mais rapidamente, o frete que era gratuito passa a ser cobrado, caso você não compre acima de tal valor... até que as vantagens se reduzam ao mínimo e reste só o seu lado do acordo a ser cumprido.

O processo lembra um outro, mais antigo: a [redução](#). Ela ocorre quando uma empresa busca aumentar, de forma dissimulada, o lucro que obtém com um produto e, em vez de subir o preço que cobra por ele, reduz a quantidade que vem na embalagem. Fenômeno irmão do que troca ingredientes por outros mais baratos, algo que pode vir acompanhado de uma campanha publicitária que exalta a “nova fórmula”. Mesmo que uma parte dos consumidores perceba que algo foi alterado, pois o pacote acaba mais rápido ou o gosto está diferente, é comum não deixar de comprá-lo. Mais uma vez, a fidelidade, seja pela força do hábito, seja pelo poder da marca no imaginário como exemplo de status ou qualidade, mantém as pessoas enredadas, enquanto libera as corporações para que pulem a cerca.

### **Rotulagem às avessas**

O que você acharia de um rótulo que, ao invés de mostrar os “ingredientes” que estão presentes em um produto, apresentasse a você os “ingredientes” que não estão? Se parece estranho, saiba que é o que ocorre em relação a substâncias que encontramos em boa parte dos alimentos vendidos nos mercados.

A teia que controla a produção do que ingerimos soube dar um olé na capacidade que temos de avaliar se algo é bom ou não para nós. Quando determinado componente comum em produtos alimentícios é considerado um vilão para nossa saúde, os marqueteiros são ágeis em estampar em letras garrafais - nos rótulos de comidas e bebidas que não o contêm - que elas são livres dele, como se isso fosse um atestado de que elas são saudáveis. Em certos casos, existem até selos de autenticação para comprovar a veracidade dessa ausência.

Produtos livres de lactose ou glúten, por exemplo, já povoam até mercadinhos locais e há toda uma rede publicitária para fazer as pessoas acreditarem que é melhor consumir as versões zero desses nutrientes do que as versões normais, mesmo que não tenham uma intolerância real a eles. O fato de serem mais caros é mero detalhe, não é? Fico pensando qual é o aumento da margem de lucro que eles permitem que as empresas obtenham. Mas voltemos aos elementos que são alvo da nova rotulagem.

É dentro desse panorama publicitário que batemos o olho em determinada embalagem e descobrimos na hora que um produto não contém gordura trans ou açúcar adicionado. E lá vai ele para nossa cesta de compras, sem a gente descobrir, ao ler as letrinhas miúdas que trazem sua composição, que ele tem corantes, aromatizantes e adoçantes artificiais, por exemplo, já comprovadamente associados ao desenvolvimento de doenças como o câncer. Há, até mesmo, uma migração das empresas que fabricam produtos alimentícios doces, como refrigerantes e sucos, para a fabricação de produtos considerados zero açúcar, por ocasião da adoção de normas de rotulagem que evidenciam a presença excessiva desse ingrediente.

Foi o que ocorreu [em países como o Chile](#), onde os tais edulcorantes artificiais entraram no lugar da sacarose para evitar a obrigação de usar o alerta que o modelo adotado no país, pioneiro na América Latina, definiu. Assim, embora a redução do velho açúcar tenha sido estimulada, o problema da ingestão de alimentos não saudáveis acaba sem uma solução. E dá-lhe aspartame, sucralose, sacarina e cia, todos frequentadores rotineiros de estudos científicos que mostram como eles afetam negativamente a saúde, inclusive ao promover o aumento da obesidade, já que desregulam a capacidade de sentir saciedade, o que muita gente não imagina. Mas, seja em letras miúdas ou quase impossíveis de ler, esses componentes estão (ou deveriam estar, por lei) nos tais rótulos.

Não é o que ocorre no caso dos agrotóxicos e a [Campanha Permanente Contra os Agrotóxicos e Pela Vida](#) vem, desde sua criação, em 2011, batendo nessa e em outras teclas que são fundamentais para a sociedade, como a tributação dos agrotóxicos. São 13 anos de atuação, completados no último dia 7, e esperamos que cada vez mais pessoas somem esforços nessa direção.

## Tem veneno nesse pacote

A frase acima é de uma campanha, feita pelo mesmo IDEC que eu já mencionei no começo do artigo, sobre a presença de [agrotóxicos em produtos industrializados](#). Você deve saber que, ao comprar biscoitos, sucos, nuggets e outras guloseimas, pode ingerir quantidades inadequadas de gordura, sal, açúcar e aditivos, já que, bem ou mal, poderá ler no rótulo e saber que tudo isso está presente na composição do petisco. Mas o que o levantamento feito pelo Instituto nos mostra é que há a presença de substâncias que não são listadas em nenhum lugar das embalagens: os venenos agrícolas.

No caso da gordura saturada e do açúcar, a indústria alimentícia deu um drible na sociedade com seus selos de zero isso e zero aquilo, desviando a atenção das pessoas em relação ao conjunto dos ingredientes, que, como mencionamos anteriormente, pode conter itens bem duvidosos quando se trata de comer ou beber algo saudável. Já no caso da presença de agrotóxicos, cabe somente às empresas que não permitem que seus produtos sejam feitos com alimentos produzidos com a utilização dessas substâncias informar os consumidores de que eles seriam “zero” veneno, ou seja, possuem um selo que garante que são orgânicos. Nenhum pio sobre isso na embalagem dos demais produtos - que são chamados de convencionais justamente por serem, há algumas décadas, a maioria esmagadora no país.

Podemos dizer que se trata de uma rotulagem ao avesso e é realmente incrível que aceitemos esse tipo de “solução”, algo completamente sem coerência com o que costuma ser estabelecido como regra, quando se trata do acesso às informações sobre o que estamos comprando. [Projetos de lei](#) que tentam corrigir tal distorção não têm avançado, e há sérias consequências na esfera da saúde, bem como no que se refere às relações socioeconômicas. Vale mencionar, entre outras, a baixíssima consciência que as pessoas têm sobre a existência de agrotóxicos como glifosato, glufosinato e imidacloprido, em alimentos processados e ultraprocessados, inclusive os que são de origem animal.

No imaginário da população, a presença de venenos agrícolas se restringe, quando muito, aos alimentos in natura, sobretudo hortaliças. Quase ninguém imagina que um alimento como requeijão, feito de um ingrediente como o leite, pode conter essas substâncias. Isso pode fazer com que as pessoas deixem de comprar verduras e legumes por entender que estão contaminadas, enquanto adquirem mais produtos industrializados, entendendo que eles não estão. E é aí que juntam o que há de pior em termos de elementos prejudiciais à vida - tanto a vida individual quanto a coletiva -, ingerindo um coquetel químico que adoce seus corpos e traz impactos dramáticos à sociedade e à natureza.

Não seria hora de botar ordem nessa distorção? Colocar uma lupa que acuse a presença dos agrovenenos nos rótulos de produtos ultraprocessados seria um caminho para estimular as pessoas a refletir se devem mesmo levá-los para suas casas. Se houver uma diminuição de seu consumo, invertendo a tendência de alta dos últimos anos, sobretudo entre setores mais vulneráveis da população, como bebês, [mulheres grávidas](#) e [povos indígenas](#), poderemos reduzir a incidência de algumas doenças crônicas que vêm castigando o sistema público de saúde.

Voltando à questão da rotulagem de mercadorias e seres humanos, é possível que, se tivéssemos uma legislação adequada para os rótulos de produtos embalados, como biscoitos e salgadinhos, que contenham alimentos cultivados com agrotóxicos, menos pessoas fossem rotuladas como diabéticas, hipertensas ou portadoras de obesidade, nos bancos de dados das indústrias de alimentos e de remédios. Mas seria um golpe para os bolsos de uma categoria de gente que, embora seja minoria da minoria, afeta mais o planeta do que imensas multidões: os bilionários das Big Tech, sempre envolvidos, de algum modo, com as artimanhas das [Big Food](#) e das Big Pharma. O fato da riqueza que eles possuem ter aumentado substancialmente ao mesmo tempo em que aumentam aqueles e aquelas sob o rótulo de doentes crônicos já mostra o tamanho da briga a ser comprada.

Não há dúvida de que é uma missão que vai exigir imenso esforço, ainda mais em tempos de retrocessos na legislação que regula os agrotóxicos, em relação aos quais temos a possibilidade do Congresso Nacional [derrubar os vetos de Lula](#), conquistados com muita mobilização, ao Pacote do Veneno. Mas, assim como foi possível obter a presença das lupas indicadoras de sal, açúcar e gordura nas embalagens dos produtos alimentícios industrializados, podemos fazer com que sejam obrigados a abrir espaço para a presença de uma nova lupa ou de um outro símbolo ainda mais eficiente em alertar as



peças para a existência de perigo: o da caveira, já presente nas embalagens do que o Ogronegocio chama de “defensivos agrícolas”.

Momento de comer muito feijão agroecológico para dar conta dessa nova queda de braços.

## Saber Funcional

### **Espinheira Santa, casca de cacau, Dente-de-leão: conheça alguns chás com propriedades medicinais**

Por Valéria Paschoal - VP Consultoria Nutricional

Hoje em dia, os meios de comunicação e as instituições de ensino consideram que os suplementos alimentares são soberanos para a promoção da saúde humana. Qualquer farmácia está repleta de cápsulas, gominhas, bebidas, pozinhos e uma série de produtos que, supostamente, teriam formulações que trazem benefícios nutricionais ou medicinais.

Se, em muitos casos, eles são realmente úteis ou até necessários, em outros, acabam não tendo muitos motivos reais para serem consumidos e levam ao gasto evitável de dinheiro por parte das famílias que estão em busca de qualidade de vida.

Com essa oferta crescente de suplementos embalados, a maior parte das pessoas acaba esquecendo que temos uma grande herança alimentar disponível em nosso país: a que é formada pela biodiversidade brasileira - e se constituiu junto aos povos originários, como indígenas e quilombolas. Trata-se de um rico patrimônio biológico, e, também, cultural, em que encontramos práticas e receitas antigas, muitas delas formadas por pratos coloridos repletos de verduras, legumes, frutas, raízes.

Um dos principais modos de ingerir espécies vegetais fitoterápicas é através do preparo de chás, resgatando receitas de nossas avós e bisavós. Restabelecer o hábito de beber chás vai além de se permitir um momento de relaxamento. Também podemos fortalecer a saúde do nosso organismo, já que muitos alimentos da biodiversidade possuem uma quantidade fantástica de compostos bioativos, vitaminas e minerais, desempenhando ação hepatoprotetora, antioxidante, ansiolítica ou neuro estimulante, diurética ou laxativa, sendo possível encontrar essas funções em forma de chá.

Podemos fazer chás de ervas, cascas, raízes, frutas, sementes ou flores, mas existe a necessidade de conhecer bem os alimentos para obter o melhor que ele pode oferecer e consumir de modo seguro. Um ponto a ser discutido, quando se fala de chás, é que as pessoas sempre pensam na Camomila, Gengibre ou o Chá Verde, quando existe tantas outras espécies benéficas, como, entre outras, as que mencionamos abaixo.

- Chá de Dente de Leão: Considerada popularmente como uma das melhores plantas diuréticas, com efeitos laxativo e hepatoprotetor. A infusão da raiz fresca é utilizada em casos de cálculos biliares, estágios iniciais de cirrose e hepatite. Indicada para dispepsias como tônico amargo e utilizada em tratamento coadjuvante em processos reumáticos e obesidade e para tratar o excesso de ácido úrico, gota e hipertensão. Encontramos em sua composição flavonoides (apigenina, luteolina), vitaminas B, C e D, provitamina A (em concentração maior que a da cenoura), potássio, germanólidos, carotenoides (luteína, violoxantina), taraxacina (princípio amargo do grupo das lactonas sesquiterpênicas), aminoácidos (asparagina, glutamina) e cumarinas.

- Chá de Casca de Cacau: Também conhecido como Chá da Felicidade, pois, o cacau é modulador de triptofano em nosso organismo, melhorando nosso humor, foco, podendo ser uma boa opção na substituição do café que algumas pessoas possuem sensibilidade da cafeína. Epicatequina, catequina e procianidinas são os compostos bioativos que conferem a casca de cacau uma ação anti-inflamatória, antioxidante, ações anti-bacteriana, anti-viral e de inibição de enzimas relacionadas a produção de substâncias inflamatórias, como as da via ciclooxigenase. Além desses nutrientes, encontramos na infusão da casca de Cacau magnésio, fibras que colaboram para um bom funcionamento intestinal.

- Chá de Espinheira Santa: Essa infusão nos lembra as receitas que nossos avós e bisavós faziam quando alguma refeição não havia nos caído bem, isso acontece porque a Espinheira Santa atua como um tônico

para o sistema digestivo, auxiliando na redução de inflamações e acidez estomacal. Seus compostos naturais auxiliam a proteger a mucosa gástrica, sendo especialmente útil para quem sofre com gastrite e úlceras. E dos compostos bioativos podemos citar a abundância de flavonoides que atuam de forma antioxidante no organismo.

- Chá de Erva Doce: Muito presente nas mesas de café da tarde no inverno, a Erva Doce possui ação ansiolítica, riquíssima em terpenoides, eugenol e linalol que exercem ações antioxidantes, antivirais, anti-inflamatórias e antibacterianas, ajudando na modulação do sistema imunológico, combatendo bactérias, fungos e vírus e conhecida popularmente por ajudar na melhora de gripes e resfriados.

Importante salientar que todos os chás citados são feitos por infusão e que o conhecimento das plantas é necessário para que não interajam com nenhum medicamento que esteja sendo usado de forma regular.

## Já Mudou!

### Inscrições abertas para o Curso “Estratégia amamenta e alimenta Brasil: formação de tutores”

Por [Sindinutri-SP](#)

Estão abertas as matrículas para o curso [Estratégia amamenta e alimenta Brasil: formação de tutores](#), produzido e ofertado pela Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), integrante da Rede UNA-SUS.

O curso é livre, totalmente gratuito e tem início imediato. As matrículas podem ser realizadas até 31 de maio de 2024.

Com carga horária de 30hs, o curso aborda os objetivos da Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil (EAAB). O foco da qualificação é a formação de tutores e demais profissionais da saúde que possam apoiar o município e as equipes da Atenção Primária à Saúde (APS), no fortalecimento das ações de promoção da amamentação e alimentação complementar saudável.

Além disso, a oferta fornece orientações que poderão auxiliar a gestão regional a qualificar as equipes da APS, fortalecer as implementações de ações efetivas para melhorar as práticas de alimentação infantil e auxiliar no monitoramento dos indicadores de consumo alimentar e estado nutricional.

Os conteúdos estão divididos em cinco tópicos que tratam especificamente dos seguintes temas: a estratégia amamenta e alimenta Brasil e o papel do tutor; o planejamento da implementação da EAAB; o apoio do tutor às equipes de APS; promovendo a amamentação e alimentação complementar saudável na APS e utilizando as ferramentas de monitoramento da EAAB.

Para saber mais sobre esse e outros cursos da rede UNA-SUS, [acesse aqui](#).

## Vamos Mudar?

### 7º Encontro Nacional de Hortaliças Não Convencionais foi realizado em São Lourenço do Sul, no RS

Por Marcos Antônio Corbari - MPA Brasil

*Encontro nacional HortPANC aconteceu na cidade e mobilizou pesquisadores, produtores e consumidores durante três dias*

Entre os dias 23 e 25 de abril, delegações se deslocaram de todo país até São Lourenço do Sul, no Rio Grande do Sul, para participar do 7º Encontro Nacional das Hortaliças e Plantas Alimentícias Não Convencionais (HortPANC), que pela primeira vez acontece no estado.

“Nossas expectativas já foram superadas com o número de inscritos – mais de 400 – e com os quase 100 trabalhos que serão apresentados”, afirma à reportagem do **Brasil de Fato RS** Jaqueline Durigon, presidenta do evento e professora na Universidade Federal do Rio Grande. Esses números, conforme destacam os organizadores, já antecipam esta sétima edição como a maior já realizada desde que o evento foi construído.

A programação foi intensa, com palestras, mesas redondas, reuniões técnicas, lançamento de publicações e, claro, muitos momentos de rodas de conversa livremente estruturadas entre os participantes.

“Muitas novidades surgiram nos últimos dias e foram sendo agregadas na nossa programação”, aponta Jaqueline, citando como exemplos o lançamento da série de seis selos dos Correios que trarão como ilustrações imagens de PANC e os momentos culturais que aconteceram ao final de cada dia de programação. Também ocorreu o pré-lançamento do livro “Plantas Alimentícias Não Convencionais no Território Zona Sul: identificação de espécies e usos de estruturas vegetativas”, em edição conjunta entre a FURG e a Embrapa.

“Outro momento muito especial que valoriza nossa programação é a 1ª Feira de Plantas Alimentícias Não Convencionais, que contou com participação de 26 feirantes e expositores, entre agricultores familiares e camponeses, produtores, empreendimentos agroindustriais, cooperativas e organizações que estiveram ali representadas”, aponta a presidenta.

Segundo ela, os organizadores esperam que esta seja apenas a primeira edição de uma atividade paralela ao HortPANC e que se torne também tradicional por onde o evento itinerante chegar. A feira acontece nos dois primeiros dias do encontro, de forma paralela às demais atividades.

A programação de atividades na sede da Associação Atlética Banco do Brasil (AABB) abordou nos dois primeiros dias temas como os avanços e as aplicações das PANC no contexto agroecológico urbano e rural; sistema de produção de hortaliças tradicionais no Brasil; as potencialidades nutricionais e nutracêuticas das hortaliças PANC; a relação das PANC com a agricultura familiar, camponesa e quilombola; as PANC na gastronomia e culinária, da tradicionalidade à ressignificação das espécies em preparos não convencionais; sociobiodiversidade não convencional, FANC, HaloPANC e Plantas Medicinais; e PANC e políticas públicas, interface com agroecologia, agricultura urbana e economia solidária.

O terceiro e derradeiro dia do encontro teve um caráter todo especial preparado pelos organizadores: é hora de sair das salas de estudo e colocar a mão na terra. Os participantes foram convidados para se deslocar até a área rural de São Lourenço do Sul, no Sítio Espinílho, onde foram realizadas as atividades do dia de campo, com roteiros e estações englobando: hortaliças folhosas; hortaliças tuberosas; perenes e frutos; e identificação de PANC.

“É grande encontro de vários setores da sociedade que vêm trabalhando pela sociobiodiversidade alimentícia”, sintetiza Jaqueline. Ela destaca o papel desse espaço na valorização da agricultura familiar e camponesa e na conservação das práticas agroecológicas e dos saberes populares.

Josuan Schiavon, dirigente do Movimento dos Pequenos Agricultores e Pequenas Agricultoras (MPA) saúda a realização do encontro nacional no território e valoriza os esforços de aproximação entre academia, instituições de pesquisa e desenvolvimento junto aos camponeses e as camponesas que têm papel central na concretização dos objetivos alinhados à temática das PANCs.

“As plantas alimentícias não convencionais são um tema que sempre esteve muito presente nas práticas do campesinato e dos povos tradicionais e da agroecologia, mas como tudo que de alguma forma incomoda o modelo agrícola industrial, isso foi se perdendo, foi sendo imposto um processo de esquecimento, agora é hora de resgate e reafirmação.”

Para Schiavon é preciso reconhecer o mérito do encontro “em articular os grupos participantes e tentar trazer os temas para próximo de fato a quem merece e precisa discutir para não virar apenas uma palavra bonita a ser utilizada em meios distantes da realidade concreta do povo”.

Esse é o mote, segundo o dirigente, que fez com que o MPA se somasse ao debate e à organização do evento. “Nós entendemos que as plantas alimentícias não convencionais têm múltiplos propósitos”, aponta, afirmando que são “importantíssimas para a sociobiodiversidade, exercendo um papel estratégico na garantia da soberania alimentar dos povos e na autonomia das famílias camponesas”.

Para saber mais como foi o HortPANC, [acesse o site](#) e as [redes sociais](#) do encontro.

O 7º HortPANC é organizado pelo projeto PAMCPop, Universidade do Rio Grande, Embrapa e Ministério do Desenvolvimento Agrário (MDA). São apoiadores a Capes, CNPQ, Centro de Nutrição Funcional, ISLA, MARÉSS, Ineesol, CAPA, FLD, ABH, Ufrgs, SPAF, Koinós, MPA, Origem Camponesa, Cooperfumos, CoopeForte, Emater, Centro Ecológico, UFTPR e Prefeitura de São Lourenço do Sul.



## Brotar é Preciso

### Babosa é uma planta medicinal conhecida, mas tem benefícios e formas de usar surpreendentes

Por Conceição Trucom - Doce Limão e Daia Florios - GREEN.ME

*Aloe succotrina* e *Aloe vera Arborensces* são duas das centenas de espécies de plantas conhecidas popularmente como babosa (aloe vera), atualmente uma das mais amplamente utilizadas em produtos para a beleza e para a saúde, tanto para uso externo como interno, por causa de suas reconhecidas propriedades medicinais. Porém somente de 2 a 4 variedade são realmente estudadas e indicadas para uso medicinal e cosmético.

O uso desta planta é de longa tradição em várias partes do mundo, dado os seus muitos benefícios observados ao longo dos anos, inicialmente confirmados apenas pela experiência, mas hoje também por uma gama de pesquisas científicas.

Segundo a Wikipedia, *Aloe vera* também conhecida como BABOSA, é uma planta suculenta da subfamília Asphodeloideae dentro da família Xanthorrhoeaceae. Aloe significa sal, já que o sabor de seu sumo lembra o de água do mar. Vero significa verdadeiro... Talvez um simulacro ao líquido amniótico da terra: a água do mar.

Uma vez selecionada a babosa - variedade de aloe ou aloe vera - tanto o gel (para uso externo) quanto o sumo (para uso interno) são utilizados de suas folhas, e a planta pode ser facilmente cultivada em casa. O gel é particularmente eficaz no tratamento tópico de queimaduras, escoriações, psoríase e outras doenças da pele, enquanto o suco é utilizado principalmente como imunomodulador, desintoxicante e para problemas gastrointestinais.

Ao longo do tempo tornou-se claro que a aloína, um princípio ativo naturalmente presente na planta, especialmente quando consumida com frequência, pode irritar a mucosa intestinal com um efeito laxante, que se o consumo for frequente e continuado pode ser muito negativo. Por isso que todos (ou a maioria) dos produtos à base de *aloe vera*, atualmente existentes no mercado para o uso interno, devem ser submetidos a tratamentos para a retirada desta substância.

Vamos saber tudo sobre a babosa? Para muitos considerada a rainha das plantas medicinais, dada a sua grande amplitude de usos e benefícios. Começemos por aprender como colher, eliminar o excesso de aloína, e preparar o gel para conservar na geladeira.

1. Benefícios - O gel para uso tópico, pode ser colocado sobre a pele, após ter sido retirado diretamente da planta, conforme no vídeo acima. Seu uso é muito versátil e pode ser útil em várias situações.

2. Aplicações do gel da *aloe vera* - Os usos da babosa para a pele são realmente infinitos. Praticamente é um santo remédio para problemas de pele seca, alergias, picadas de insetos, cortes, machucados, coceiras, acnes, espinhas e até para problemas na mucosa, como no tratamento de aftas e hemorroidas.

Antirrugas natural - o gel é incrivelmente hidratante e pode ser colocado diretamente sobre as peles do rosto e pescoço, deixando-o agir até secar ou pelo tempo que quiser. Pode ser usado até mesmo antes de dormir, para ser retirado com lavagem pela manhã. O gel é tão impressionantemente eficaz, que dizem que a babosa era o segredo de beleza utilizado por Cleópatra no antigo Egito.

Queimadura solar - por seu efeito hidratante, depois de exagerar no sol, o melhor remédio é o gel da babosa, refrescante e hidratante. Pelos mesmos motivos, o gel pode ser aplicado em outros tipos de queimaduras, por exemplo com água ou óleo quente, etc.

Para aliviar a irritação cutânea - depois da depilação com cera ou lâminas.

Para a pele seca do frio - das mãos, do rosto, das pernas, braços etc.

Como hidratante natural para o corpo (além do rosto).

Para aliviar manchas na pele causadas pelo sol - faça máscaras com frequência, usando o gel da babosa.

Caspa - coloque o gel sobre o couro cabeludo, massageando-o antes de lavá-lo normalmente.

Para cuidar dos cabelos independentemente da caspa. Ajuda no tratamento de prevenção e cura de queda excessiva de pelos, incluso de sobrancelhas.

Para uma cicatrização mais rápida e para evitar marcas de cicatrizes.

Para picada de insetos - para as de pernilongos, o alívio na coceira é imediato.

Para dores musculares por suas propriedades anti-inflamatórias e calmante.

Pelos mesmos princípios, o gel pode ser aplicado em gengivas inflamadas e em outras inflamações internas na boca também para cicatrizar espinhas e acnes do rosto.

Para curar aftas - porque a babosa tem propriedade cicatrizante.

Para dor de cabeça, procure usar o gel de *aloe vera* com uma gotinha de óleo essencial de menta aplicando-o às têmporas e à nuca, com movimentos circulares.

Como anti-inflamatório para cortes, feridas e machucados em geral - pois o gel é antibacteriano, antiviral e antifúngico.

Para curar hemorroidas por seu poder anti-inflamatório.

3. Aplicações do suco da *aloe vera* - Vamos ver o que acontece se você tomar suco de *aloe vera* e para quais situações é geralmente indicado. Antes, porém, vamos deixar claro o que essa planta contém de tão valioso, de modo a torná-la especial e apreciada em todo o mundo. Um dos seus ingredientes ativos mais interessantes é o acemanano, um muco-polissacarídeo natural que demonstrou efeito protetor das mucosas gástrica e intestinal.

3.1. Trato gastrointestinal - Em um [estudo interessante](#), realizado no Reino Unido em 2004, os pesquisadores deram a um grupo de pessoas com colite ulcerativa, um tipo de doença inflamatória do intestino, o sumo de *aloe vera* para beber duas vezes por dia. Depois de apenas quatro semanas houve melhoras da doença nos participantes que beberam o suco de babosa, em comparação com o grupo de controle que tinha tomado apenas água pura.

Graças às suas propriedades anti-inflamatórias, principalmente devido aos mucopolissacarídeos contidos na planta, a aloe também é usada para problemas muito comuns, tais como colite, gastrite e outros tipos de inflamação. Mas, como acima especificado, para tal, o produto usado deve ser estritamente sem aloína, pois, ao contrário pode causar agravamento dos sintomas.

Dois dicas para reduzir a presença da aloína: 1) colher a folha durante a madrugada, quando esta substância, sem o estímulo da luz solar, encontra-se mais concentradas na raiz da planta. 2) A aloína costuma ficar entre a casca e o gel, ou seja, evite de usar a casca, e evite de ao descascar, cortes muito rasos. Portanto, consulte sempre um médico e nunca se automedique.

3.2. Sistema imunológico - E foi demonstrado também que o acemanano tem propriedades imunoestimulantes, pois estimula a [atividade dos macrófagos](#), protegendo o corpo contra vírus e bactérias. Esta é uma das principais razões pelas quais se bebe o suco de babosa, para estimular as defesas naturais do organismo nos períodos em que elas mais são requeridas: outono, inverno ou durante períodos estressantes de provas físicas e mentais.

3.3. Propriedades antibacterianas e antivirais - [Algumas pesquisas](#) mostraram que extratos de *aloe vera* são capazes de agir contra alguns tipos de bactérias, vírus ou fungos, incluindo *Escherichia coli* e a *Candida albicans*. A assunção do suco, portanto, pode ajudar em casos onde há infecções deste tipo ajudando o sistema imunológico, mas também agindo especificamente. Por estas propriedades, o gel pode ser usado na pele (uso tópico, externo) para curar e cicatrizar feridas antes que estas inflamem.

3.4. Propriedades antioxidante e desintoxicante - A planta que [contém](#) 12 vitaminas, 15 enzimas, 18 aminoácidos, 20 minerais, 75 nutrientes e mais de 150 princípios ativos, também é considerada excelente por suas ações desintoxicante e antioxidante, capazes de combater os radicais livres que contribuem para o envelhecimento das células do nosso corpo. É por isso que ao tomar suco de *aloe vera* com frequência, começa-se a notar melhorias na pele, cabelos e unhas.

A lista é, certamente, não exaustiva. São muitas as substâncias que fazem desta planta um tesouro ainda a ser descoberto. Recentemente, entre outras coisas, a investigação científica tem se concentrando em particular sobre o seu potencial anticâncer, mas, neste caso, parece ser mais eficaz a espécie *Aloe arborescens*, uma variante da babosa.

4. Contraindicações - Como todas as plantas, até mesmo a *aloe vera* não está isenta de possíveis efeitos colaterais encontrados com mais frequência principalmente no trato gastrointestinal, como cólicas e diarreia. Neste caso, você deve ouvir o seu corpo e parar o tratamento imediatamente.

Se você estiver tomando medicação, é sempre melhor falar com o seu médico antes de começar a beber o suco da babosa. Pode haver interação medicamentosa dependendo do medicamento que estiver fazendo uso. O suco não deve ser consumido por mulheres grávidas (não existem estudos que indiquem a sua segurança) e durante a lactação (pode deixar o leite amargo e não muito agradável para o bebê).

Muito importante se você tomar o suco de *aloe vera* é respeitar as doses indicadas na embalagem do produto e não pensar que só porque ele é um remédio natural, você pode usá-lo indiscriminadamente. Como tudo o que é assumido para terapêutica ou preventivamente, é sempre bom seguir um ciclo que pode ser de um mês a três meses, e depois parar.

O gel, contudo, para uso tópico externo, não mostrou quaisquer efeitos secundários e, *a priori*, pode ser utilizado por todos, muito bom inclusive para as crianças. Só há problemas, é claro, no caso de sofrer de alergia à planta, o que também é geralmente muito raro.

## Semeando

### Vivências do MUDA, diminuição da fome, guia alimentar indígena e muito mais na seleção do mês!

#### Destaques:

- O MUDA - Movimento Urbano de Agroecologia – segue encantando a todos com o Ciclo de vivências sobre Cultivo, Alimentação e Saúde 2024, feito em parceria com o SESC Osasco. [As atividades são divulgadas no Instagram](#), são gratuitas e acontecem todas as quintas-feiras, às 14 horas, em hortas comunitárias do município. A próxima será no dia 2 de maio e mergulhará no mundo dos produtos naturais para os cuidados com nosso corpo no dia a dia e suas relações com as hortas. Terá participação especial de integrantes do Coletivo Bichos do Mato. E é só chegar, já que não é necessário fazer inscrição prévia.

- A [Cátedra Josué de Castro](#) destaca que, segundo [dados divulgados pelo IBG](#), houve redução no número de domicílios que convivem com a insegurança alimentar grave no Brasil. Isso significa que menos pessoas estão sofrendo com a falta de alimentos em qualidade e quantidade, quando a fome passa a ser uma experiência vivida no lar. É uma ótima notícia, mas o desafio ainda é grande. É preciso avançar em investimento em programas de geração de renda, garantir o preço acessível dos alimentos e incentivar modelos de produção que promovam uma alimentação saudável e sustentável.

- Identificar, selecionar e divulgar experiências bem-sucedidas em agricultura urbana e periurbana nos serviços de saúde e assistência social em municípios brasileiros. Este é o foco da Chamada Pública [Mapeamento de Experiências da Agricultura Urbana e Periurbana nos Serviços de Saúde e Assistência Social](#), com inscrições abertas até 31 de maio de 2024. A iniciativa tem a assinatura da Coordenação-Geral de Agricultura Urbana e Periurbana (CGAUP), do Departamento de Promoção da Alimentação Adequada e Saudável (DESAU), da Secretaria Nacional de Segurança Alimentar (SESAN/MDS), em parceria com a Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) e o apoio da Embrapa Hortaliças.

- A [União Nacional das Cooperativas da Reforma Agrária](#) foi lançada em Luziânia, GO. Reunindo mais de 200 cooperativas, a iniciativa inédita visa construir um cooperativismo eficaz no combate à fome e voltado

ao desenvolvimento do campo. Unicrab tem como objetivo construir um cooperativismo eficaz no combate à erradicação da fome e da pobreza em todo território nacional, gerando emprego, renda e soluções para promover a dignidade humana e a qualidade de vida.

### **Políticas públicas:**

- O [Programa Coopera Brasil](#) foi anunciado pelo Ministério do Desenvolvimento Agrário durante o encontro nacional de cooperativas. A iniciativa reúne conjunto de ações com outros órgãos do executivo federal e entidades da sociedade civil para fortalecer o cooperativismo e o associativismo na agricultura familiar. E o Ministro Paulo Teixeira foi à Câmara dos Deputados para apresentar o [Programa Terra da Gente](#) aos deputados federais e explicou que a iniciativa que reúne várias estratégias para facilitar a destinação de terras e assentamentos, resultará na redução de conflitos no campo.

- O Ministério do Meio Ambiente iniciou a construção da [Estratégia Nacional de Resíduos Orgânicos Urbanos](#), que busca prevenir o desperdício alimentar, fomentar a compostagem e promover a reciclagem de resíduos orgânicos. A iniciativa permitirá a redução das emissões de metano, a ampliação do índice de reciclagem e a produção de fertilizantes naturais. A Estratégia Nacional irá acelerar a eliminação dos lixões, ampliar o potencial de reaproveitamento dos resíduos e incentivar a agricultura urbana e as práticas agroecológicas. Apoiada pelo Programa das Nações Unidas para o Meio Ambiente (Pnuma) e pelo Instituto Pólis, a iniciativa criará uma agenda comum para diversos setores do país e promoverá a valorização dos resíduos orgânicos.

- A [2ª Reunião do Grupo de Trabalho de Agricultura da Presidência brasileira do G20](#), copresidida pelo Ministério do Desenvolvimento Agrário e Agricultura Familiar (MDA), ocorre nos dias 29 e 30 de abril, com foco nas Políticas Públicas para a Agricultura Familiar. É a primeira vez que o tema será incorporado em uma reunião do G20, com objetivo de destacar o papel indispensável dos agricultores familiares no enfrentamento da fome, da pobreza, e das mudanças climáticas - temas centrais da presidência brasileira no grupo das maiores economias do mundo. Coordenado pelo MDA, o encontro é uma preparação à Reunião Ministerial do grupo que ocorrerá em setembro, e à Cúpula de Líderes do bloco, que acontecerá no Rio de Janeiro, em novembro deste ano.

### **Publicações e relatórios:**

- Marcelo Mazeta é um dos autores da análise [Comida de verdade no campo e na cidade: Desafios e efetividades da política de segurança alimentar e nutricional no estado de São Paulo, Brasil \(2013- 2016\)](#) que trata do Plano Municipal de Segurança Alimentar e Nutricional (PLAMSAN) em São Paulo, sob a ótica da intersetorialidade, participação social, atores e arenas de construção dos processos de discussão. Buscou-se identificar os desafios, efetividades e entraves institucionais e organizacionais na implantação do PLAMSAN, sobretudo, a partir dos programas e projetos desenvolvidos.

- O [Guia Alimentar para os Povos Guarani](#), publicação online recém-lançada, é fruto da elaboração feita pelos “pesquisadores cidadãos”, bolsistas do CNPq pertencentes à Tekoa Jeju-ty. Foram dois anos de troca de experiências com estudantes e professores Juruá para que se conseguisse registrar a sabedoria Guarani neste Guia, o qual reflete também os princípios nutricionais do Guia Alimentar Brasileiro.

- Já está disponível para download a cartilha [Abelhas – prazer em preservá-las](#), voltada às crianças, com informações sobre como criar, manter uma colmeia e cuidar das abelhas-sem-ferrão de forma segura e responsável. Elaborada pela Embrapa Meio-Norte (Teresina/PI), a publicação apresenta, além das orientações, os equipamentos necessários, como escolher o local ideal para a colmeia e qual a melhor hora para fazer a coleta do mel. As crianças saberão também quem são os inimigos naturais das abelhas

e os cuidados para proteger as colmeias. Confira a publicação, torne-se um verdadeiro amigo das abelhas e entenda a importância de preservar a natureza e seus habitantes!

- O livro [Mulheres, Agroecologia e Alimentação Escolar: Recomendações ao Pnae](#) traz uma análise da pesquisa-ação “Comida de verdade nas escolas do campo e da cidade” e importantes reflexões sobre o Programa Nacional de Alimentação Escolar (Pnae). A publicação foi escrita por Vanessa Schottz, com contribuições de Mariana Santarelli, e apresenta propostas para ampliar – como a lei prevê – o acesso da produção das agricultoras ao Pnae, uma política pública responsável pelas refeições de 40 milhões de estudantes no Brasil. Esse trabalho é fruto de uma parceria entre a Articulação Nacional de Agroecologia (ANA), o Fórum Brasileiro de Soberania e Segurança Alimentar e Nutricional (FBSSAN), a FIAN Brasil e o Observatório da Alimentação Escolar (ÓAÊ).

- Novo [levantamento da Comissão Pastoral da Terra](#) (CPT) aponta aumento de ocorrências de despejo judicial e violências causadas por governos estaduais, embora empresários e grileiros continuem liderando as agressões. O número de 2.203 conflitos no campo em 2023 marca recorde no Brasil desde 1985. Por que isso importa? O levantamento de conflitos no campo feito pela CPT é uma das únicas bases de dados desse tipo no país. Ele serve como indicador para violência no ambiente rural, realidade que afeta milhares de famílias no Brasil.

- Confira o [Boletim Especial Ação Covid 2020-2023](#), que está disponível para visualização online ou para baixar e apresenta o desenvolvimento de um trabalho em rede, cujos resultados incidem diretamente no enfrentamento à fome e insegurança alimentar no Sul do Brasil. Ações de abastecimento solidário, com base em alimentos agroecológicos e voltadas para famílias em insegurança alimentar por conta da pandemia, foram realizadas pelas ONGs AS-PTA, Centro Vianeí, Cepagro e Cetap a partir de 2020, e seguem ainda vigentes.

### **Reportagens, artigos, posts e vídeos:**

- Post no [Instagram da Dra Valéria Paschoal](#) traz uma tabela comparativa das propriedades nutricionais de diversos óleos para conhecermos e incluímos em nossas refeições diárias. São feitos com alimentos da biodiversidade brasileira, como o de baru, de pequi e babaçu. Além de conferirem sabor às refeições, também são mais sustentáveis.

- A compostagem é a principal solução para virada de jogo climática do setor de resíduos! Assista o vídeo que abordou os [Caminhos para a compostagem municipal no Brasil](#). Com Centro de Compostagem de Resíduos Orgânicos – Boa Vista (RR); Consensusul – Tomar do Geru (SE); Floripa Lixo Zero – Florianópolis (SC); Pátio Municipal de Compostagem – Sobral (CE); Rancho Reduz, Recicla e Recomeça – Rancho Queimado (SC).

- No mês dos povos indígenas, Outras Palavras trouxe conteúdos sobre sua história e cultura. Destaque para o artigo [Amazônia: a outra ocupação possível!](#): Estudos antropológicos e arqueológicos apontam a possibilidade de simbiose entre ser humano e natureza. Práticas que remontam a 12 mil anos – roçados, hortas, açazais e caça – definiram a paisagem da floresta de hoje, e podem viabilizar a do amanhã.

- E o Outras Palavras fez uma [seleção com os principais artigos](#) da semana passada que está imperdível. Entre os temas, destacamos o que fala sobre o [Programa Brasil Sem Fome](#) e porque ele precisa mudar, necessitando ir além do Bolsa Família e da desoneração de itens da cesta básica, já que, diante de dietas de “miojo e salsinha”, o país precisa aumentar a oferta de alimentos básicos e nutritivos. Para isso, a construção de outros modelos agrícolas é urgente. Outro artigo que recomendamos é sobre [Ailton Krenak](#), o filósofo da terra.



- Um a cada quatro domicílios brasileiros enfrentava algum nível de insegurança alimentar em 2023, segundo pesquisa do IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística) divulgada no dia 25. São cerca de 64 milhões de pessoas que, no mínimo, mudavam seus hábitos alimentares com medo de não ter comida na mesa. Desse total, 8,7 milhões passavam fome, nível mais grave desse quadro. O [Durma com Essa](#) fala sobre o perfil da população que sofre com a insegurança alimentar no país, a evolução da fome e as políticas públicas para combatê-la.

#### **Dica extra:**

- Por quê precisamos de uma perspectiva feminista para a transformação dos sistemas alimentares? Além do recorte interseccional, temas como igualdade salarial, combate à violência de gênero, geração de emprego e renda e inclusão produtiva são incontornáveis para que o direito à alimentação seja consagrado a todas as mulheres. A abordagem feminista ajuda a reconhecer e agir para que mulheres possam ocupar mais espaços de tomada de decisão em estruturas de governança e processos que tem impactos diretos em suas vidas, como a transformação dos sistemas alimentares. Quer saber mais? Leia o documento [Sistemas alimentares urbanos a partir de um recorte feminista](#) em suas versões completa e resumida no site do Comida do Amanhã.

### **CSAção**

#### **Experimentos de humanização da economia – leia o primeiro de uma série de textos sobre o tema** Por Daniel Pestana Mota, diretor presidente da Associação Comunitária CSA Brasil

Viver Em quatro pequenos textos, irei abordar, em linhas superficiais, um tema que tem sido vital na atualidade: a emergência de novas práticas econômicas, ainda que no espaço comunitário, capazes de possibilitar ao menos um laboratório neste cenário onde a economia liberal, na verdade ultraliberal, já deu provas de que não é capaz de confortar a humanidade.

#### Parte I - O surgimento da economia como ideologia do individualismo

Como dito na introdução, com uma frequência positiva nascem, na atualidade, gérmenes de iniciativas comunitárias que visam dar cara nova ao tradicional modelo de economia liberal. Este modelo, chamado liberalismo econômico, parte de uma ideologia ancorada na organização da economia em linhas individualistas, rejeitando intervencionismo estatal, o que significa que o maior número possível de decisões econômicas é tomado pelas empresas e indivíduos e não pelo Estado ou por organizações coletivas.<sup>1</sup>

Lembremos que desde o final do século XVIII muitos eram os economistas contrários a intervenção do Estado na economia. Para esses economistas, o papel do Estado deveria se resumir a oferecer condições para que o mercado pudesse seguir de forma natural seu próprio curso. François Quesnay<sup>2</sup>, um dos principais pensadores da época, construiu uma teoria onde afirmava que a verdadeira atividade produtiva estaria inserida na agricultura. Outro pensador desta época, Vincent de Gournay, vaticinava que a economia se alicerçava nas atividades comerciais e industriais, e que estas deveriam usufruir de liberdade para o melhor prosseguimento em seus processos produtivos, tudo para que fosse possível alcançarem um grau eficiente de acumulação de capital.<sup>3</sup>

Foi Adam Smith, entretanto, que se esforçou para criar a teoria mais aceita na economia moderna. O economista britânico confrontou as ideias de Quesnay e Gournay, dizendo que a desejada prosperidade econômica e a acumulação de riquezas, ao contrário que afirmavam seus colegas economistas, não são concebidas pela atividade rural, tão pouco pela atividade comercial. Para Smith o elemento de geração

---

<sup>1</sup> Ian Adams, *Political Ideology Today* (Manchester: Manchester University Press, 2001), p. 20.

<sup>2</sup> Médico e economista francês que se destacou como principal figura na escola dos fisiocratas

<sup>3</sup> [«The Great Transformation»](#) (PDF)

de riqueza situa-se, de maneira geral, no potencial de trabalho sem que o estado seja regulador e interventor. Todos os agentes econômicos seriam movidos por um impulso de crescimento e desenvolvimento econômico, algo a ser entendido como uma ambição individual, a surtir, no contexto macro, benefícios para toda a sociedade, dado que a soma desses interesses particulares seria capaz de promover uma evolução generalizada, um equilíbrio perfeito.<sup>4</sup> Haveria uma alma da práxis livre (?) e individualizada, profetizando que o coletivo se beneficia sem ter que atuar coletivamente. Obviamente assentada essa alma na expressão maior concebida por Protágoras, ser o homem o centro e a medida de todas as coisas!

O fato é que todas essas teorias não foram capazes de evitar o aumento da desigualdade mundial. Se o liberalismo econômico deve ser lembrado em sua oposição à intervenção excessiva do estado na economia, com destaque na defesa da liberdade individual e da autonomia do mercado, colocando no centro desta perspectiva a crença de que o Estado deve atuar principalmente para proteger os direitos de propriedade e garantir o cumprimento dos contratos, permitindo que as forças do mercado operem de forma eficiente, por outro lado devemos ter em vista que até mesmo os defensores do liberalismo econômico reconhecem a existência de falhas de mercado, quando, por exemplo, não são atingidos resultados eficientes. Diante dessas falhas, eles podem apoiar intervenções governamentais pontuais, como a regulação para corrigir externalidades negativas, a garantia da concorrência justa ou até mesmo a provisão de bens públicos.

O que se tem visto, portanto, ao longo destes últimos séculos, é uma quebra de braços entre os defensores de uma economia totalmente livre do Estado e aqueles que reconhecem a necessidade pontual da presença estatal sem que se desconfigure a ideologia liberal. Pior: nesta queda de braço, os últimos anos tem sido palco do crescimento, consciente e orientado, de forças de extrema direita, forças reacionárias que pretendem instaurar uma economia ultraliberal, com as consequências ainda mais desastrosas, que já podem ser sentidas em países governados por estas forças políticas.

Como dito, entretanto, no início deste artigo, surgem, na atualidade, germens de iniciativas que visam dar cara nova ao tradicional modelo de economia liberal e o fazem a partir de pressupostos humanizados e civilizatórios, onde o lucro e a competitividade deixam de ser o pilar das experiências econômicas.

Nas próximas edições iremos tratar, de forma sucinta, de três movimentos que vem despertando curiosidade e interesse: a Economia de Comunhão, a Economia de Francisco e as Comunidades que sustentam a Agricultura.

Acompanhe-nos neste percurso! É preciso que iniciativas que humanizam a economia sejam não apenas percebidas, mas internalizadas e reproduzidas. Eis o convite para as próximas edições deste espaço.

### **Cuidado: Veneno!**

#### **Dez fatos que você deve saber sobre o glifosato, o agrotóxico mais vendido no Brasil e no mundo**

Por Campanha Permanente Contra os Agrotóxicos e Pela Vida

Mais de 70 anos depois da invenção do agrotóxico mais vendido no mundo pela indústria farmacêutica, depois transformado em um poderoso herbicida, e a única coisa que piorou foi os impactos deste para a saúde humana e o meio ambiente.

Nesta semana, em uma ação inédita de quatro organizações de países da América Latina e uma da Alemanha se juntaram para denunciar a empresa de bioquímica Bayer na Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE) pelos impactos do agrotóxico glifosato no meio ambiente e na saúde humana.

Elencamos, então, 10 fatos sobre o glifosato que são importantes para você saber, considerando sobretudo, os impactos negativos ao meio ambiente e à vida devido ao uso de produtos geneticamente modificados, como sementes e agroquímicos modificados à base de glifosato. Impactos esses, que violam direitos humanos dos países da América Latina durante os últimos 30 anos.

---

1. **1970** – Embora tenha sido descoberta como molécula pelo químico suíço Henri Martin, da farmacêutica Cilag, em 1950. Apenas 20 anos depois, é que o químico John E. Franz, da Monsanto, desenvolve herbicidas à base de glifosato.
2. **1974** – Monsanto passa a produzir herbicidas de glifosato em escala industrial, inicialmente para produção de borracha na Malásia e trigo no Reino Unido.
3. **1995** – Chegam ao Brasil as sementes transgênicas de soja, milho e algodão Roundup Ready, da Monsanto, resistentes ao glifosato. As vendas saltaram a partir de 2005, com a liberação da soja transgênica, e transformam o produto no herbicida mais usado nas lavouras.
4. **2000** – Patente da Monsanto expira e o glifosato vira princípio ativo de mais de 2 mil produtos de diversas outras empresas. Hoje, no Brasil, mais de 100 agrotóxicos contêm glifosato.
5. **2015** – Estudo da Agência Internacional para Pesquisa do Câncer (IARC), ligada à Organização Mundial da Saúde (OMS), associa o glifosato ao câncer, descrevendo-o como um “provável causador” da doença.
6. **2016** – Um painel com representantes da OMS e da Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura (FAO) dão parecer positivo ao glifosato quando a exposição se dá de forma limitada e por meio do consumo de alimentos.
7. **2018** – A Bayer concluiu a compra da Monsanto por US\$ 63 bilhões (R\$ 248 bilhões), a maior já feita pela empresa alemã no exterior, criando a maior companhia de pesticidas e sementes do mundo.
8. **2018** – Bayer é condenada a pagar US\$ 289 milhões (R\$ 1,1 bilhão) ao ex-jardineiro Dewayne Johnson, que teve câncer por exposição prolongada ao glifosato. Em março de 2019, foi condenada a pagar US\$ 80 milhões (R\$ 315 milhões) a Edwin Hardeman, por não alertar sobre os riscos do produto.
9. **2019** – Anvisa faz reavaliação do glifosato, iniciada em 2008, e permite seu uso no Brasil. Afirma que a substância “não apresenta características mutagênicas e carcinogênicas”, ainda que os dados científicos tenham comprovado que o glifosato junto com o Paraquat foram responsáveis pela morte de 214 brasileiros na última década. Na contramão, a Áustria se tornou o primeiro país da região a banir o produto.
10. **2024** – Campanha Permanente Contra os Agrotóxicos pela Vida e diversas organizações de direitos humanos dos países da América Latina, incluindo Brasil, Paraguai, Argentina e Bolívia, denunciem a Bayer — dona da Monsanto, primeira empresa a vender agrotóxicos à base de glifosato — e que responde a mais de 18 mil ações por conta de efeitos do glifosato apenas nos Estados Unidos, na Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico (OCDE).