

## Alimente o seu cérebro com informação saudável

### Como a Ciência desfaz 5 mitos contemporâneos sobre a produção dos alimentos

No Dia Mundial da Alimentação, um conjunto de entidades ligadas à cadeia alimentar deixa um repto à sociedade civil: **alimente o seu cérebro com informação saudável**.

Ao assumir este apelo, partilhamos dados científicos para desfazer alguns mitos sobre o impacto da produção alimentar no ambiente. A produção de alimentos, algo essencial à vida, não pode ser o bode expiatório da situação ambiental em que se encontra o planeta, sob pena de causarmos um problema ainda maior do que o que temos atualmente. A prosseguirmos neste caminho, em que parece existir relativamente à produção de alimentos uma atitude negacionista, muito semelhante ao que alguns nichos têm acerca das vacinas contra a Covid-19, teremos um planeta ambientalmente doente e repleto de insegurança alimentar.

É necessária uma educação alimentar e informação credível para que os consumidores possam fazer as suas escolhas, de uma forma livre e consciente.

**No sec. XXI, para produzir alimentos também trabalhamos com ciência. É esse o trabalho diário do Laboratório Colaborativo FeedInov, uma associação constituída por empresas do setor, universidades e entidades ligadas à investigação, inovação e desenvolvimento.**

Para dar um toque de ciência a uma discussão que é tantas vezes repleta de meras opiniões, **congregámos 5 mitos recorrentes sobre a produção agropecuária e mais especificamente sobre a produção de alimentos de origem animal, tal como informação científica que os desfaz.**

**Mito 1:** A agricultura animal é responsável por 20% das emissões de gases com efeito estufa.

**Facto 1:** Com base nos dados de 2019 publicados pelo inventário nacional de emissões, em Portugal, a agricultura, como um todo, é responsável por 10,8% do total de emissões de Gases de Efeitos de Estufa (GEE). À produção de alimentos de origem animal, poderemos alocar 7% das emissões totais de GEE.

-----

**Mito 2:** A agricultura animal produz uma quantidade de GEE equiparáveis à soma de todos os meios de transporte: aéreo, marítimo, automóvel e rodoviário.

**Facto 2:** Com base nos dados de 2019 publicados pelo inventário nacional de emissões, em Portugal, no ano de 2019, o total de emissão GEE repartiu-se por quatro grandes categorias: **energia – 69,9%**; processos industriais e utilização de produtos (IPPU) –

12,1%; **Agricultura – 10,8%** e resíduos – 7,2%. Podemos (e devemos) dividir o setor energético em diferentes fontes de emissão, assim: **28%** das **emissões totais** provêm dos **transportes** (aéreo, marítimo, automóvel, rodoviário e caminhos de ferro) **que produzem no total cerca de 22 mil Kton CO<sub>2</sub>eq, enquanto agricultura animal produz 4 mil Kton, 7% do total de emissão de GEE.**

-----

**Mito 3:** São precisos 4kg de cereais e outros vegetais para produzir 500 gr de carne

**Facto 3:** Os ruminantes, as vacas, por exemplo, digerem plantas que os humanos não têm capacidade de digerir - como a erva, subprodutos da indústria agrícola, forragens (feno, palha, silagem) entre outros – reduzindo o que se considera resíduo e transformando-o em produtos com valor nutricional para o ser humano: carne, leite e seus derivados.

Para produzir 1kg de proteína animal são necessários, em média, 6 kg de proteína vegetal (de 2 a 10 dependendo das espécies animais e sistemas de produção), **contudo**, cerca de **86% da proteína usada por ruminantes não é adequada para a alimentação humana.**

-----

**Mito 4:** A produção animal e a produção de alimentos para animais ocupam área que poderia estar a ser utilizada para produzir alimento para humanos

**Facto 4:** A ideia de que os animais concorrem com os Humanos por alimento é recorrentemente utilizada e, na realidade, a nível mundial, a produção animal utiliza cerca de 70% (2,5 biliões de ha) de área agrícola. No entanto, **metade desta área são pastagens permanentes e áreas marginais** (de montanha, pântano, entre outros), que **não são nem podem ser** (por não têm características para tal) **cultivadas para produção de cereais ou proteaginosas, e são quase exclusivamente utilizadas por animais herbívoros** (na sua maioria ruminantes). Os animais que pastam e se alimentam destas áreas contribuem diretamente para a produção de alimento de elevado valor nutricional (carne, leite) a partir de biomassa não edível. A outra metade da área agrícola consiste em cerca de 0,7 biliões de ha de pastagens temporárias que podem, de facto, ser cultivadas. No entanto, se tal acontecer, haverá alteração do uso do solo e perda de serviços de elevado valor ambiental, como a contribuição para a manutenção da biodiversidade e das zonas rurais, que são garantidos enquanto estão a ser pastoreadas. Uma parte bastante significativa da área utilizada para alimentar a produção animal são áreas marginais ou pastagens que providenciam, além de alimento aos animais, **serviços de ecossistema que, até ao momento, não são contabilizados.**

-----

**Mito 5:** Uma dieta que contenha produtos animais é nefasta para a saúde humana

**Facto 5:** Os estudos que sugerem que uma dieta vegetariana é “melhor” do que uma omnívora, têm como referência, na sua maioria, a comparação com uma má dieta ao

estilo americano (conhecida por Standard American Diet – SAD) e não consideram o estilo de vida ou a atividade física. Na realidade, das poucas vezes que estes fatores são cruzados, não existe nenhuma relação entre o consumo saudável de produtos animais e um risco acrescido para a saúde.

A destacar, relativamente a este aspeto, o facto de a alimentação de origem animal ser a única (além da suplementação direta) que pode fornecer vitamina B12 aos humanos e, assim, evitar a anemia por ausência de ferro, uma vez que outras fontes de ferro têm fraca absorção.

A este propósito, fará sentido referir que estudos recentes mostram problemas de subnutrição em países “desenvolvidos”. Atualmente na Austrália, cerca de 40% das raparigas adolescentes entre os 14 e os 18 anos revelam baixos níveis de ingestão de ferro (Australian Bureau of Statistics, 2021). Algumas das razões apontadas para esta situação incluem uma alimentação esporádica ao longo do dia e dietas restritivas quanto à inclusão de carne.

Para assinalar o Dia Mundial da Alimentação, as entidades subscritoras reiteram o compromisso com os desafios sociais, designadamente, a sustentabilidade, o combate às alterações climáticas, o bem-estar animal e o direito a uma alimentação saudável e disponível para toda a população.

#### As entidades subscritoras:

**FEEDINOV** – Associação para a Investigação e Inovação em Nutrição e Alimentação Animal



**IACA** – Associação Portuguesa dos Industriais de Alimentos Compostos para Animais



**ANEB** - Associação Nacional dos Engordadores de Bovinos



**ANIL** – Associação Nacional dos Industriais de Lacticínios



**ANIPLA** – Associação Nacional da Indústria para a Proteção de Plantas



Apelo



**APEZ** – Associação Portuguesa dos Engenheiros Zootécnicos



**APIC** – Associação Portuguesa dos Industriais de Carne



**APIFVET** – Associação Portuguesa da Indústria Farmacêutica de Medicamentos Veterinários



**CAP** – Confederação dos Agricultores de Portugal



**FENAPECUÁRIA** – Federação Nacional das Cooperativas de Produtores Pecuários



**FEPASA** – Federação Portuguesa das Associações Avícolas



**FILPORC** – Organização Interprofissional da Fileira da Carne de Porco



**FIPA** – Federação das Indústrias Portuguesas Agro-Alimentares



**FPAS** – Federação Portuguesa das Associações de Suinicultores

