



Organização das Nações Unidas
para a Alimentação
e a Agricultura



Cultivar,
Alimentar,
Preservar.
Juntos.

**LIVRO DE
ATIVIDADES**

**Heróis
da Alimentação**



16 de outubro de 2020 **Dia Mundial da Alimentação**

Cultivar, Alimentar, Preservar. Juntos.

Citação obrigatória:
FAO. 2020. *Livro de Atividades - Heróis da Alimentação*. Roma.
<https://doi.org/10.4060/ca9845pt>

As designações usadas e a apresentação do material neste produto de informação não implicam a expressão de qualquer opinião por parte da Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura (FAO) sobre o status legal, ou de desenvolvimento de qualquer país, território, cidade, área, ou sobre suas autoridades competentes, ou relativas à delimitação de suas fronteiras ou limites. A menção de empresas específicas ou produtos de fabricantes que tenham sido ou não patenteados, não implica que estas tenham o endosso, ou recomendação da FAO, em detrimento de outras de natureza similar que não tenham sido mencionadas.

As opiniões expressas neste produto de informação são de responsabilidade de seu(s) autor(es) e não são necessariamente as opiniões ou políticas da FAO).

ISBN 978-92-5-133122-4
© FAO, 2020



Alguns direitos reservados. Este trabalho é oferecido sob a licença Creative Commons Atribuição-NãoComercial-Compartilha Igual 3.0 IGO (CC BY-NC-SA 3.0 IGO; <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/igo/legalcode>).

De acordo com os termos desta licença, este trabalho poderá ser copiado, redistribuído e adaptado para fins não comerciais, desde que o trabalho seja devidamente citado. Em qualquer uso do trabalho, não deverá haver qualquer sugestão de que a FAO endosse qualquer organização, produto ou serviço específico. Não é permitido o uso do logotipo da FAO. Se o trabalho for adaptado, o mesmo deverá estar sob a mesma licença, ou outra equivalente da Creative Commons. Se o trabalho for traduzido, a tradução deverá incluir, juntamente com a citação obrigatória, o seguinte aviso: "Esta tradução não foi realizada pela Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura (FAO). A FAO não é responsável pelo conteúdo ou fidelidade da tradução. A versão [na Língua] original será a versão oficial.

Os litígios decorrentes da licença e não resolvidos amigavelmente serão solucionados por mediação e arbitragem, de acordo com o Artigo 8 da licença, salvo disposições em contrário expressas neste documento. As regras de mediação a serem aplicadas serão as da Organização Mundial da Propriedade Intelectual <http://www.wipo.int/amc/en/mediation/rules> e qualquer arbitragem deverá estar em conformidade com as Regras de Arbitragem da Comissão das Nações Unidas para o Direito Comercial Internacional (UNCITRAL).

Materiais de terceiros. Os usuários que reutilizem os materiais deste trabalho que tenham sido atribuídos a terceiros, tais como tabelas, ilustrações ou imagens, serão os responsáveis em determinar se uma autorização para tal reutilização é necessária e em obter a autorização do detentor dos direitos autorais. As possíveis demandas resultantes da violação de qualquer parte do trabalho que pertença a terceiros serão responsabilidade exclusiva do usuário.

Vendas, direitos e licenciamento. Os produtos de informação da FAO encontram-se no site da FAO (www.fao.org/publications). Podem ser adquiridos em: publications-sales@fao.org. Pedidos para uso comercial devem ser encaminhados para: www.fao.org/contact-us/licence-request. Envie consultas sobre direitos e licenciamento para: copyright@fao.org

Nota para os educadores:

Este Livro de Atividades destina-se a uma larga faixa etária de jovens interessados em aprender mais sobre a importância dos nossos sistemas alimentares, quem produz os nossos alimentos e de onde provêm. Serve também de inspiração a quem pretenda participar no Concurso de Cartazes do Dia Mundial da Alimentação de 2020. Embora, em certos contextos, possa ser considerado destinado à faixa etária dos 8 aos 12 anos de idade, também poderá ser utilizado para ensinar alunos mais novos e mais velhos.

Cultivar, alimentar, preservar. Juntos.

A alimentação é uma necessidade e um direito humano básico – todos precisamos dela para viver! A população mundial, em 2019, era de cerca de 7,6 mil milhões de pessoas. E, até 2050, prevê-se que a população aumente para 10 mil milhões. Neste momento, produzimos comida suficiente para alimentar o mundo, mas há mais de 2 mil milhões de pessoas que não têm acesso regular a uma alimentação segura e nutritiva. O objetivo da Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura (FAO) é combater a fome e garantir às pessoas do mundo inteiro o acesso a uma alimentação nutritiva, para que possam ter vidas ativas e saudáveis.

A produção agrícola tem vindo a aumentar ao longo dos anos para satisfazer as necessidades de uma população que cresce de dia para dia. Isto foi conseguido cultivando principalmente produtos agrícolas de base, como o trigo, o milho ou o arroz, porque estes eram acessíveis e cumprem a maior parte das nossas necessidades de energia. Apesar da melhoria na produção de alimentos, ela fez-se à custa de danos aos recursos naturais, contribuindo para as emissões de gases com efeito de estufa e para a perda da diversidade das culturas. Mas é possível mudar os nossos sistemas de alimentação de modo a garantirmos a produção sustentável de uma variedade de alimentos nutritivos, a sua acessibilidade em termos económicos e a sua disponibilidade para todas as pessoas.

Os agricultores e os trabalhadores de toda a cadeia alimentar estarão na primeira linha da mudança, mas todos nós temos de os apoiar. É a estes heróis que temos de agradecer os alimentos que consumimos diariamente.

DIA MUNDIAL DA ALIMENTAÇÃO

Todos os anos, em 16 de outubro, mais de 150 países juntam-se para celebrar o aniversário da FAO num evento conhecido como Dia Mundial da Alimentação (DMD). A FAO foi fundada em 1945 quando países do mundo inteiro se uniram com um objetivo comum: eliminar a fome e a pobreza no mundo. É uma celebração à escala mundial e convidamos-te a assinalar este dia connosco!



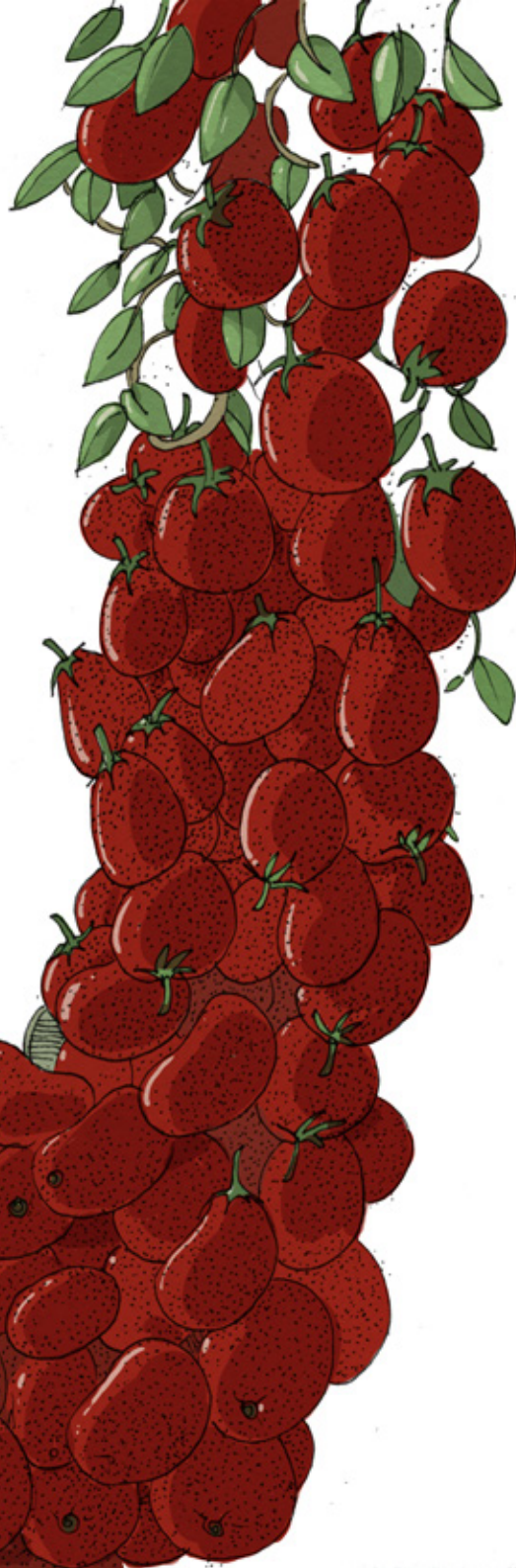
Concurso de Cartazes do DMD de 2020



Desenha um cartaz com o teu herói da alimentação favorito a trabalhar para que, juntos, possamos assinalar e celebrar os esforços destas pessoas em todo o mundo neste Dia Mundial da Alimentação.

Para enviases o teu cartaz, visita:
www.fao.org/WFD2019/contest

O concurso está aberto a alunos dos 5 aos 19 anos de idade, e o prazo para submeter trabalhos é 6 de novembro de 2020. O nosso júri selecionará três vencedores de cada categoria etária, que serão anunciados no sítio web do Dia Mundial da Alimentação e nos canais das redes sociais da FAO. Os vencedores receberão um certificado de reconhecimento e um prémio-surpresa, e serão divulgados pelos escritórios da FAO em todo o mundo.



A viagem dos alimentos desde a terra até à mesa

A maior parte dos alimentos que comes provém de uma exploração agrícola, quer se trate de um produto vegetal, animal, lácteo, piscícola ou de qualquer outro tipo. Pão, leite, carne, marisco, fruta ou legumes – o que quer que seja. Mesmo que seja um produto caseiro, o mais provável é que os ingredientes tenham vindo de uma exploração agrícola.

Alguma vez pensaste na distância que os artigos que há na tua mercearia tiveram de percorrer para chegarem até nós? Muita coisa acontece desde que os alimentos saem da terra até ao momento em que chegam à tua mesa.

- 1. Cultivo** – Os agricultores preparam culturas, criam todo o tipo de animais, ou obtêm produção do ambiente local, como produtos florestais. Para isso, necessitam de equipamento agrícola, sementes, adubos, animais, água, terra e mão-de-obra.
- 2. Transformação** – Os alimentos, ou chegam à tua mesa tal como saíram da exploração agrícola, ou são processados, o que significa que são transformados numa variedade de produtos alimentares, como compotas ou molho de tomate, geralmente numa fábrica. A conservação dos alimentos através da sua transformação dá-lhes frequentemente uma vida mais longa, o que significa ter alimentos nos períodos entre-safras.
- 3. Mercado** – Os agricultores podem utilizar alguns dos alimentos para as suas famílias e transportar os restantes para vender num mercado. Parece fácil, mas alguns agricultores podem não saber onde vender os seus produtos por um preço justo, nem ter acesso a transportes ou mesmo a uma estrada. Os alimentos também podem passar pelas mãos de um intermediário antes de chegarem a uma fábrica para serem transformados ou a um supermercado, ou serem exportados para outro país.



A TUA VEZ!

Desenha a viagem do tomate desde a terra, até ao molho, até à tua mesa, ou desenha a viagem do teu produto alimentar preferido.



Pensa, por exemplo, num simples tomate. Um tomate pode viajar milhares de quilómetros até chegar ao seu destino. Por vezes, o agricultor vende o tomate a um grossista, também conhecido por intermediário que, por sua vez, vende o tomate a um supermercado. Se tiverem sorte, os agricultores vendem, eles próprios, a sua colheita no mercado mais próximo ou através da internet via comércio eletrónico, um mercado digital que liga diretamente os agricultores aos consumidores.

Por vezes, o tomate é transformado num produto alimentar como molho. Depois de o agricultor apanhar o tomate, este é carregado em camiões e transportado para uma fábrica. Lavado e escolhido, o tomate é seguidamente esmagado e escaldado em cubas enormes. A polpa é cozida até se transformar numa pasta concentrada, sendo então embalada em grandes sacos e transportada para os supermercados para ser vendida como molho de tomate.

A viagem longa, e tantas vezes complicada, do tomate e de outros produtos alimentares está ligada como uma cadeia, a que se chama sistema alimentar. Podes imaginar que, se um elo da cadeia ou do sistema se partir (ou não funcionar como deve), todo o processo é interrompido. Pode acontecer que uma colheita falhe devido a seca, a uma cheia ou a uma praga, ou porque a eclosão de um conflito armado ou de uma doença impede a passagem dos alimentos de uma etapa para outra.



#HeróisDaAlimentação da vida real

Os heróis não são apenas personagens de ficção – vivem também perto de nós! Os heróis da alimentação são protetores da biodiversidade, defensores dos recursos naturais da Terra e guardiões das tradições sociais e culturais. Trabalham nas zonas rurais e urbanas. São trabalhadores agrícolas, pescadores, agricultores de montanha, silvicultores, pastores e agricultores em comunidades indígenas. O mundo está cheio de heróis.

Também podes reconhecer os teus heróis locais nos teus pais ou em quem toma conta de ti, nos fabricantes, nos merceiros, nas pessoas que trabalham no banco alimentar da tua comunidade ou nos motoristas dos camiões de transporte de alimentos. Todos os heróis são uma peça importante do puzzle gigante que é o nosso sistema alimentar!

Existem heróis da alimentação em todas as regiões e ambientes no mundo inteiro. E, para muitos heróis da alimentação, família e exploração agrícola são dois conceitos profundamente interligados. Sabias que há mais de 600 milhões de explorações agrícolas à escala global? Na sua maioria, são geridas por uma pessoa ou por uma família, e dependem dos membros da família para trabalhar a terra. É a isto que chamamos agricultura familiar. São também intergeracionais, o que significa que a exploração passa de pais para filhos. Ao fazê-lo, estes pequenos agricultores preservam os valores culturais e os conhecimentos sobre a terra, fortalecendo o património e a identidade da comunidade. E, nos países desenvolvidos e em desenvolvimento, a agricultura familiar é a forma principal de produzir alimentos.



A TUA VEZ!

- Quem são os #HeróisDaAlimentação na tua comunidade?
- Lembras-te de algum outro herói da alimentação de que ainda não tivéssemos falado?

BIODIVERSIDADE

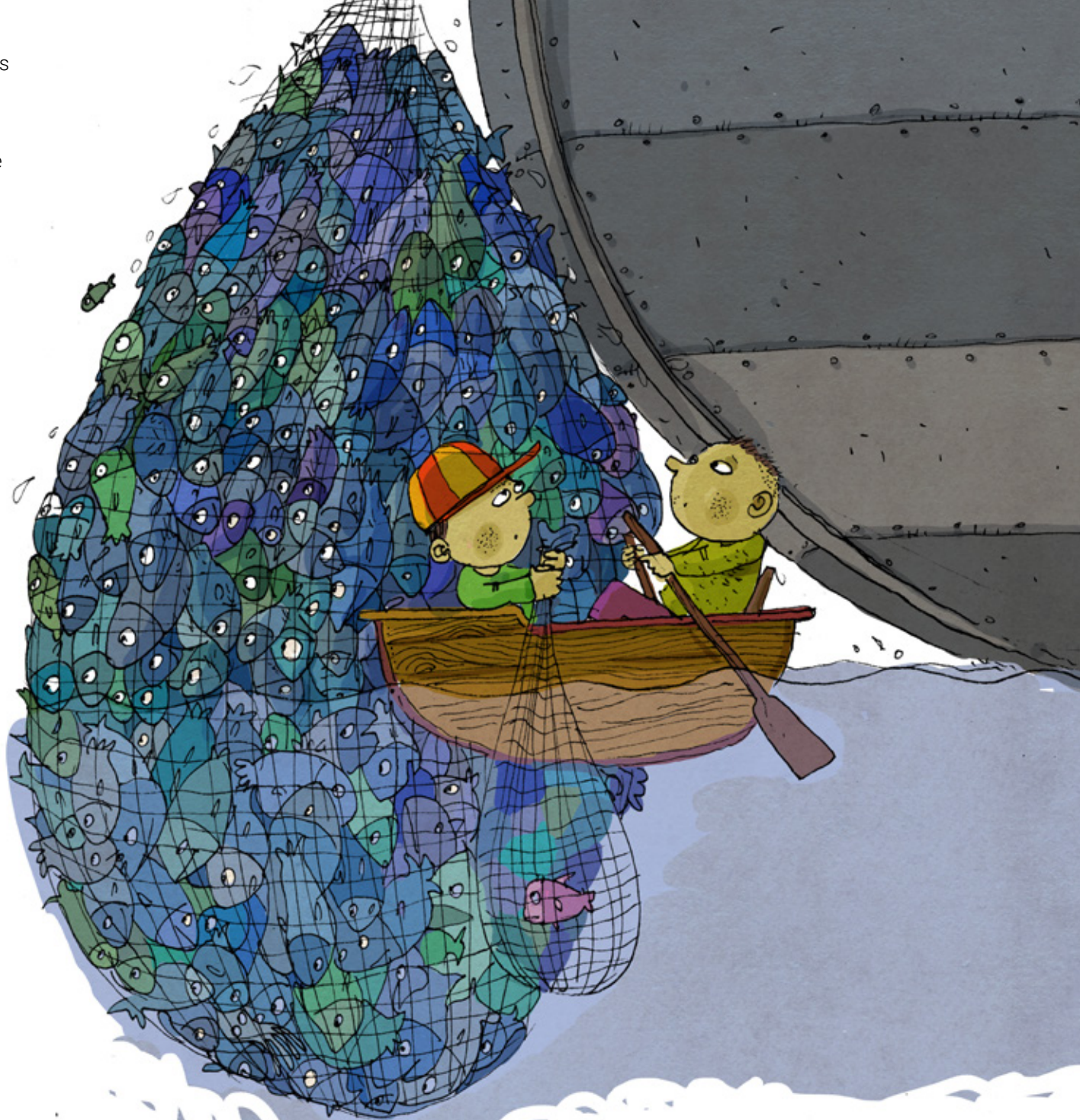
A palavra **biodiversidade** é uma combinação de duas palavras: biológico e diversidade. Diz respeito à variedade de todos os organismos vivos do nosso planeta. É a espinha dorsal dos nossos ecossistemas, e esta diversidade ajuda a manter naturalmente todas as formas de vida.

Apesar de disporem de uma riqueza em termos de conhecimentos e competências em agricultura, 80 por cento das pessoas pobres e que sofrem de insegurança alimentar vivem em zonas rurais. E a maior parte dos pobres rurais são pequenos agricultores cujo sustento e alimentação dependem, não apenas das colheitas e de animais, mas também de produtos florestais, pesca e aquicultura, ou seja, o cultivo ou exploração de organismos, como peixe, marisco, algas e outras plantas aquáticas, em áreas aquáticas interiores ou em áreas marinhas.

A falta de recursos financeiros pressiona muitos pequenos agricultores e torna difícil quebrar o ciclo da pobreza. Os bancos podem nem sempre emprestar dinheiro aos agricultores pobres, mas soluções como o microfinanciamento, também conhecido como “microcrédito” ajudam, concedendo-lhes um empréstimo que pode ser utilizado na compra de equipamento para as suas explorações, como sementes, adubos e maquinaria.

Mas os nossos heróis da alimentação enfrentam ainda outros desafios, como o acesso aos mercados e a infraestruturas como estradas, o controlo de recursos naturais como a terra e a água, a tecnologia digital, a boa governação, e a desigualdade entre os géneros (o que significa que homens e mulheres podem não ter os mesmos direitos). Sabias que cerca de metade de toda a mão-de-obra na agricultura é assegurada por mulheres, mas que elas são proprietárias de menos de metade de todos os terrenos agrícolas? A desigualdade entre os géneros significa que para elas as oportunidades de emprego fora da agricultura são muito limitadas. Para garantir igualdade de oportunidades no mercado de trabalho as nossas heróicas companheiras, as mulheres que participam ao longo de toda a cadeia alimentar precisam de ter maior acesso a recursos e apoio por parte do seu governo local. Por cada 100 homens que vivem em pobreza extrema, há 122 mulheres na mesma situação. A eliminação da desigualdade entre os géneros é um passo para a eliminação da pobreza.

Os heróis não são meras personagens de ficção



Os agricultores e a agricultura digital

Hoje em dia, há tanta coisa que a tecnologia digital pode fazer. Pode até ser utilizada na produção de alimentos para ajudar os agricultores! A agricultura digital utiliza ferramentas para partilhar, recolher e analisar informações ao longo da cadeia alimentar. Permite aos agricultores saber o que se passa, no preciso momento em que está a acontecer. Os problemas potenciais podem ser previstos e os agricultores podem responder em tempo real a qualquer situação. Ferramentas digitais como satélites, drones e aplicações podem ajudar os agricultores e os trabalhadores ao longo da cadeia alimentar a reduzir a perda de alimentos, melhorar a gestão da água, combater pragas e doenças, ou melhorar a transformação dos produtos. Podem também ajudar a monitorizar as florestas, preparar os agricultores para catástrofes, e muito, muito mais. Um melhor controlo dos recursos resulta numa maior segurança alimentar e em lucros maiores para os agricultores.

Incentivar os jovens a trabalhar na agricultura é essencial para o futuro dos sistemas alimentares. Com melhor acesso a infraestruturas, empregos mais bem remunerados e formação específica em tecnologia digital, os governos podem incentivar mulheres e homens jovens a trabalhar no setor da alimentação. Neste momento, mais de 3 mil milhões de pessoas no mundo não têm acesso à internet. Temos de assegurar que todos os agricultores e trabalhadores do setor da alimentação, em especial nas zonas rurais, dispõem de recursos e redes digitais. A melhoria das competências digitais conduzirá a um sistema alimentar mais sustentável.

HÁ TRÊS REQUISITOS IMPORTANTES PARA A UTILIZAÇÃO DA AGRICULTURA DIGITAL:

1. Acesso à internet e a telemóveis;
2. Competências na utilização de tecnologias digitais; e
3. Uma cultura que incentive as atividades digitais na agricultura em termos económicos.





Vamos conhecer as tecnologias digitais que podem ajudar os heróis da alimentação!

- A inteligência artificial (IA) é a capacidade de uma máquina ou computador para pensar e aprender por si só. A IA pode melhorar os sistemas alimentares, aprendendo hábitos e estudando padrões para aumentar a produção alimentar e utilizar menos recursos. Duas empresas do setor privado, a Alibaba Group Holding Ltd. e a JD.com, criaram um “cérebro inteligente” para a criação de suínos. Esta tecnologia utiliza software de reconhecimento facial, térmico e vocal. Consegue dizer se uma porca está prenha através da análise dos seus hábitos de sono e de alimentação, e detetar se um porco está doente.
- As aplicações podem ser utilizadas pelos agricultores para consultar a meteorologia, diagnosticar uma praga ou doença, obter informações sobre preços para saberem quando vender pelo melhor preço e tudo isto na palma da mão. Algumas aplicações podem ser utilizadas em modo offline se o telemóvel ficar sem saldo!
- Os robôs agrícolas, como os tratores, que funcionam automaticamente ou mandam os canteiros de legumes com grande precisão, ajudam os agricultores a poupar tempo.
- Drones ou robôs voadores podem recolher dados relativos a grandes áreas ou chegar a lugares de difícil acesso por terra. Conseguem dizer se uma cultura está pronta para a colheita, aplicar adubos e regar campos.
- Os satélites que já giram à volta do nosso planeta, recolhendo informações do espaço, podem ser utilizados para monitorizar as fases da produção de alimentos e fazer previsões meteorológicas para que os agricultores possam antever tempestades ou secas. Com mais informações sobre os seus campos, os agricultores podem tomar decisões mais fundamentadas e reagir a tempo a problemas potenciais. A FAO criou uma ferramenta através da qual os agricultores controlam a utilização da água nos seus campos recorrendo a dados dos satélites. A água é uma necessidade básica para as culturas e a WaPOR permite geri-la de forma sustentável.

SABIAS?



80 por cento dos alimentos do mundo inteiro são produzidos por pequenos agricultores, e há mais de 600 milhões de explorações agrícolas em todo o mundo!



Para fazer face à procura crescente de alimentos, muitos países aumentam a sua produção agrícola. Mas, frequentemente, estes processos dão origem a perdas e desperdícios alimentares.

As alterações climáticas provocam o aumento das temperaturas, assim como fenómenos meteorológicos extremos, como cheias e tempestades. Isto afeta as colheitas dos agricultores, as atividades dos trabalhadores da cadeia alimentar e leva a um aumento das pragas, provocando a perda das culturas.

Apesar de atualmente haver alimentos suficientes para a população mundial, mais de 2 mil milhões de pessoas não têm acesso regular a alimentos seguros e nutritivos suficientes.





A maioria da população pobre e em situação de insegurança alimentar vive em zonas rurais, e a maioria dos pobres em zonas rurais é constituída por pequenos agricultores. Sem acesso a serviços financeiros e à tecnologia, é difícil quebrar o ciclo da pobreza.

Apesar de as mulheres representarem mais de metade da mão-de-obra nas explorações agrícolas, elas detêm uma percentagem muito limitada das terras (apenas 15 por cento!).



Cultivar alimentos mais variados beneficia os recursos naturais no nosso meio ambiente e também é bom para os nossos regimes alimentares.



Mais de 3 mil milhões de pessoas no mundo não têm acesso à internet. O acesso à tecnologia pode ajudar os agricultores e os trabalhadores do setor da alimentação a produzir mais e a ganhar melhor.



Prevê-se o aumento da população mundial jovem, mas as oportunidades de emprego para mulheres e homens jovens continuam a ser limitadas – especialmente para aqueles que vivem em zonas rurais de países em desenvolvimento.

Ajuda o nosso herói da
alimentação a percorrer
o sistema alimentar e a
chegar à meta!







Desafios enfrentados pelos **heróis da alimentação**



Os heróis da alimentação enfrentam inúmeros desafios. Uma população crescente significa que há mais bocas para alimentar e, por isso, há que produzir mais alimentos e fazê-los chegar aos mercados. Isto significa mais concorrência pelos recursos, ou seja, pela terra, energia e água. À medida que as pessoas vão tendo mais dinheiro, exigem alimentos mais caros para além das culturas básicas de cereais, carne, fruta e legumes. Os heróis da alimentação vão ter de descobrir formas novas ou inovadoras de produzirem mais alimentos, e alimentos diferentes com menos recursos, ao mesmo tempo que se confrontam com uma série de desafios (alguns já são discutidos nas páginas 7 e 8).

Pobreza

Os pequenos agricultores produzem a maior parte dos alimentos mundiais. Contudo, muitas vezes não têm alimentos suficientes para as suas próprias famílias. Quando as colheitas falham, ou em tempos difíceis entre safras, os pequenos agricultores comem uma quantidade menor de alimentos menos nutritivos. Uma colheita abundante também pode ter os seus aspetos negativos para os agricultores pobres, dado que não têm meios para armazenar alimentos ou levá-los até aos mercados. Havendo mais alimentos disponíveis, os preços também podem baixar, o que significa que os agricultores ganham menos. A pobreza também leva a que os agricultores abandonem as suas terras e migrem em busca de um emprego diferente.

Alterações climáticas

As alterações climáticas estão associadas ao aumento das temperaturas, o que provoca mais tempestades, secas e outros fenómenos meteorológicos extremos que podem devastar tudo e tornar mais difícil a agricultura, a pecuária ou a aquicultura. Estas alterações estão também a fazer com que pragas e doenças fitossanitárias cheguem hoje a locais onde ninguém as conhecia antes, destruindo campos de culturas inteiros e afetando o tamanho do peixe.



Conflitos

Os conflitos, como é o caso das guerras, dificultam o cultivo de alimentos ou o seu transporte até chegarem a quem precisa deles. Podem danificar explorações e produtos agrícolas, assim como infraestruturas importantes, incluindo estradas, mercados, armazéns ou fábricas. Podem até provocar pobreza e fome, assim como obrigar os agricultores e outros trabalhadores do setor da alimentação a migrarem. Muitos dos mais de 2 mil milhões de pessoas sem acesso a uma alimentação suficiente vivem em zonas de conflito.

Perdas de alimentos

Deves estar familiarizado com o desperdício alimentar que se verifica em casa e nos restaurantes ou supermercados quando os alimentos não consumidos ou estragados são deitados para o lixo. Mas também há desperdício alimentar entre a exploração agrícola e o mercado, e a isto chamamos perdas de alimentos. E são muitas as razões destas perdas. Alguns agricultores podem não ter acesso a um frigorífico. Um embalamento impróprio pode traduzir-se na deterioração rápida dos alimentos, ou um transporte inadequado pode significar que os alimentos caiam do camião. Nos países em desenvolvimento, calcula-se que até metade de todas as colheitas de fruta e legumes se percam entre a apanha e o mercado. Toda a água utilizada para produzir essas colheitas perdidas também é desperdiçada.

Vírus e pandemias

Podem ocorrer surtos de vírus num país ou região, ou até alastrar a vários países pelo mundo fora, caso em que se fala de uma pandemia, como é o caso da COVID-19. Num esforço para parar o alastramento da infeção, os governos muitas vezes impõem uma quarentena, sendo as pessoas convidadas a permanecer em casa. Tal significa que os heróis da alimentação não podem trabalhar, o que causa problemas à circulação dos produtos alimentares, em especial nos países em desenvolvimento. O surto de Ébola na África Ocidental em 2014-2016 provocou a fome, porque não havia trabalhadores disponíveis na época das colheitas e os agricultores não conseguiram levar os seus produtos até ao mercado. As doenças veterinárias também podem dizimar rebanhos, destruindo a fonte de rendimento dos pastores.

COVID-19

Os efeitos da pandemia da COVID-19 fazem-se sentir no mundo inteiro. Urge agora, mais do que nunca, chamar a atenção para a importância de sistemas alimentares sustentáveis e resilientes que suportem os heróis da alimentação e as comunidades. Este Dia Mundial da Alimentação é uma oportunidade para apelar à cooperação e solidariedade globais de forma a manter ativas as nossas cadeias de abastecimento alimentar e ajudar os mais vulneráveis.



A TUA VEZ!

Escolhe um dos desafios e faz uma lista dos heróis da alimentação que são por ele afetados e de que forma, e as repercussões que isso tem no sistema alimentar.



A FAO e os ODS

Os 17 Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Organização das Nações Unidas (ONU) são um conjunto de diretrizes apoiadas por todas as organizações da ONU. São utilizados para fazer os países, as empresas do setor privado e as pessoas no mundo inteiro avançarem na direção correta tendo em vista a concretização de um mundo em paz, próspero e mais sustentável. A fim de erradicar a pobreza (ODS 1) e a fome (ODS 2) até 2030, há questões mais complexas que também têm de ser abordadas.

A luta contra os efeitos das alterações climáticas (ODS 13), o incentivo à igualdade do género em comunidades de todo o mundo (ODS 5) e a promoção de um crescimento económico inclusivo e sustentável e trabalho para todos (ODS 8) são apenas algumas das formas como podemos alcançar estes objetivos. Tudo, desde a vida terrestre (ODS 15) à vida marinha (ODS 14), tem de ser protegido, não só para a nossa geração, mas também para as gerações futuras. O que fizermos hoje afetará o amanhã. Conseguir uma vida sustentável vai garantir o respeito dos recursos naturais no nosso ambiente, e que todas as pessoas, em todos os lugares, terão alimentos nutritivos em quantidade suficiente para comerem e poderem viver sem pobreza.

A educação é crucial para aprender como agir e partilhar recursos. A utilização das novas tecnologias digitais para estudar a terra e a água, monitorizar as explorações agrícolas, reduzir o desperdício alimentar e a perda de alimentos é importante para a melhoria dos nossos sistemas alimentares. Todas as ações, grandes ou pequenas, fazem uma diferença, e agora é tempo de agir!

A TUA VEZ!

Para saberes mais sobre os esforços da FAO para a consecução dos ODS, e leres histórias verdadeiras sobre como as pessoas estão a trabalhar para os alcançarem, visita www.fao.org/sustainable-development-goals/

Para saberes mais sobre os ODS, visita: worldslargestlesson.globalgoals.org

O que a FAO está a fazer para ajudar os heróis da alimentação

A FAO está empenhada em ajudar governos, parceiros e heróis da alimentação através de um melhor acesso a mercados e recursos, como financiamento, inovação, insumos agrícolas e muito mais, para ajudar os mais vulneráveis a terem uma vida melhor e garantir alimentação nutritiva a todas as pessoas no mundo inteiro. Inclusivamente, a FAO mantém-se a par da tecnologia mais recente para ajudar os heróis da alimentação a beneficiarem da moderna sociedade digital, fazendo investigação, realizando programas de formação, criando bases de dados e aplicações.

A FAO também promove iniciativas como a Escolas-Campo, uma abordagem assente na comunidade que confia aos agricultores a direção do ensino. Permite aos agricultores reunirem-se para partilharem os seus conhecimentos e competências. É uma forma de combinar conhecimentos locais e tradicionais sobre agricultura com o conhecimento científico. A FAO e outras organizações têm vindo a promover este tipo de escola-campo em mais de 90 países.

O que podem os agricultores fazer?

Porque a maioria das explorações agrícolas está nas mãos de famílias, estas desempenham um papel considerável na produção dos nossos alimentos. Se unirem forças e trabalharem em conjunto como cooperativas, podem criar estratégias comuns em matéria de cultivo sustentável, assim como aprender a preparar-se para catástrofes naturais e recuperar mais rapidamente dos seus impactos. Os governos precisam de apoiar os agricultores, mas os pequenos agricultores também têm de preservar os recursos naturais da Terra, como é o caso dos solos e da água, e conhecer novas técnicas de colheita, armazenamento de alimentos, embalagem ou transporte para reduzir as perdas de alimentos. Não estamos a falar apenas dos agricultores no campo, mas também das comunidades que vivem da silvicultura, da pesca e da pastorícia.





O que podem os governos fazer?

Os governos e os decisores têm uma grande responsabilidade de ajudar os heróis da alimentação, mantendo os sistemas alimentares em movimento, incentivando os jovens a trabalharem na agricultura e construindo infraestruturas como estradas e fábricas que liguem os agricultores que habitam zonas rurais aos mercados. Também têm de encontrar formas de trabalhar com empresas privadas e bancos para criar mais oportunidades.

Os governos podem ajudar os agricultores a ganhar acesso a recursos importantes, como capital, formação e tecnologia e, ao mesmo tempo, implementar sistemas para os proteger em caso de catástrofe, como uma tempestade ou pandemia global. Estas redes de segurança podem incluir vales de alimentos ou transferências de dinheiro para ajudar as suas famílias a viver, garantir o acesso aos serviços médicos, ou uma pensão quando os trabalhadores da alimentação se reformam.

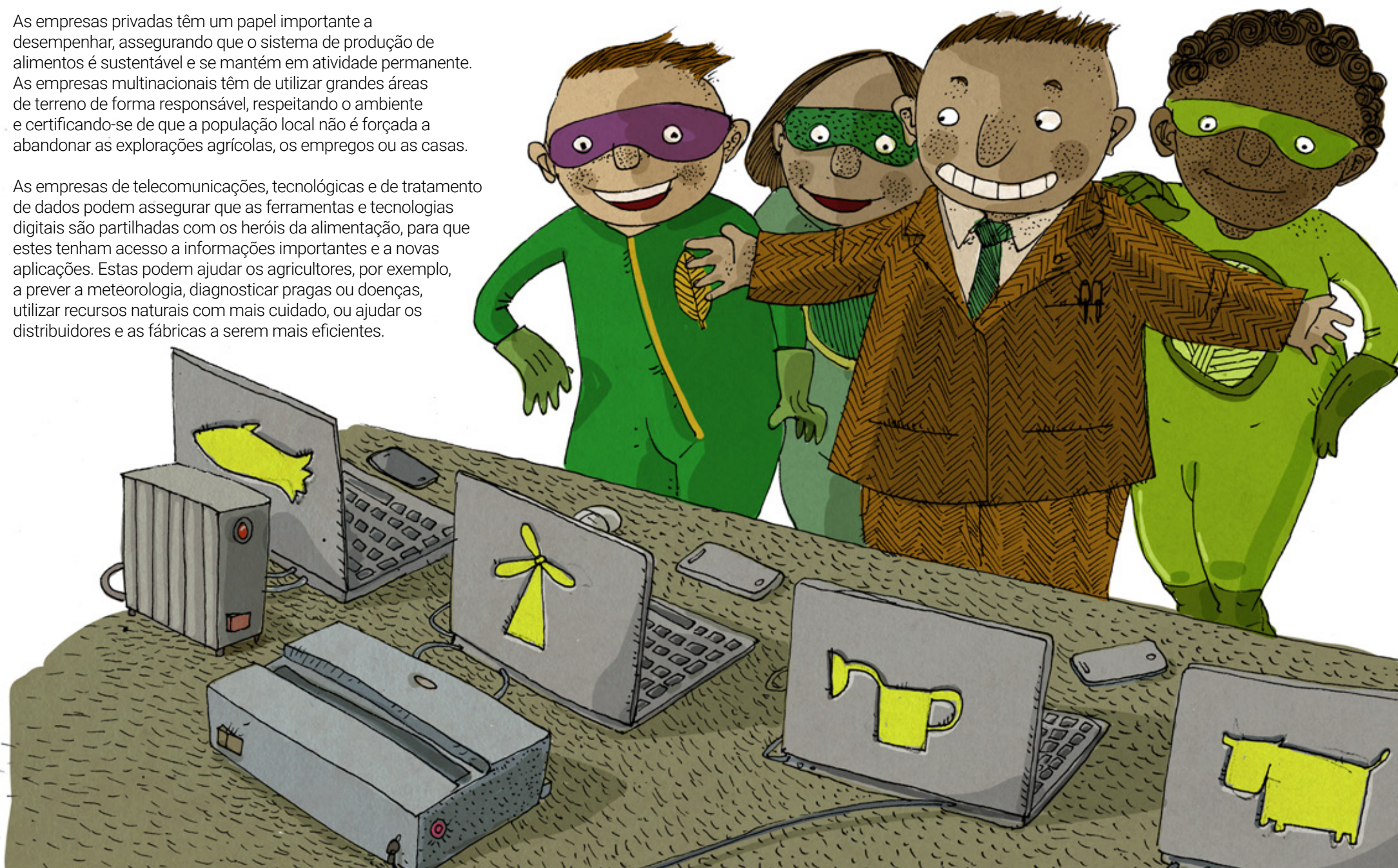
Nalguns casos, os governos precisam de repensar a forma como estão a utilizar o seu orçamento, enquanto noutros casos é necessária solidariedade internacional ou apoio de outros países. A ajuda ao desenvolvimento de outros países tem por objetivo promover um desenvolvimento duradouro através do investimento na agricultura, na educação ou no lançamento de programas de microfinanciamento.

Os governos e os decisores têm uma grande responsabilidade de ajudar os heróis da alimentação

O que podem fazer as empresas privadas?

As empresas privadas têm um papel importante a desempenhar, assegurando que o sistema de produção de alimentos é sustentável e se mantém em atividade permanente. As empresas multinacionais têm de utilizar grandes áreas de terreno de forma responsável, respeitando o ambiente e certificando-se de que a população local não é forçada a abandonar as explorações agrícolas, os empregos ou as casas.

As empresas de telecomunicações, tecnológicas e de tratamento de dados podem assegurar que as ferramentas e tecnologias digitais são partilhadas com os heróis da alimentação, para que estes tenham acesso a informações importantes e a novas aplicações. Estas podem ajudar os agricultores, por exemplo, a prever a meteorologia, diagnosticar pragas ou doenças, utilizar recursos naturais com mais cuidado, ou ajudar os distribuidores e as fábricas a serem mais eficientes.





TODOS NÓS

As gerações mais jovens, de todos os países e de todos os estratos sociais, são os adultos de amanhã e irão herdar a Terra. São as nossas ações que determinam o nosso futuro, e todos temos um papel a desempenhar para tornar o nosso mundo mais sustentável e mais solidário para com os heróis da alimentação. Os países, o setor privado e a sociedade em geral têm de assegurar, em conjunto, que os nossos sistemas alimentares produzem uma variedade de alimentos que seja capaz de nutrir uma população crescente e de proteger o planeta.



Escolhe o que é local

Sempre que puderes, pede aos teus pais que comprem produtos frescos locais, especialmente nos mercados de agricultores. Fazendo isto, não só estás a ajudar os heróis da alimentação locais, como os pequenos agricultores, mas também o crescimento económico local.

Escolhe o que é da época

Sabias que reduces a tua pegada de carbono quando compras produtos que são da época? Quando os alimentos estão fora da época numa parte do mundo, têm de viajar longas distâncias até chegarem à tua mercearia ou mercado local. Uma viagem mais curta também se traduz em alimentos mais maduros, mais saborosos ou mais nutritivos!



**Respeita os alimentos.
Respeita os trabalhadores
do setor da alimentação!**

Guardar devidamente a comida que sobrou para uma refeição no dia seguinte é uma forma excelente de evitar desperdiçar alimentos perfeitamente bons. Respeita o trabalho árduo dos nossos heróis da alimentação e os recursos preciosos do nosso mundo que são utilizados para produzir tudo aquilo que comemos.



Sê ativista

Os governos e decisores têm uma grande responsabilidade de ajudar os heróis da alimentação, mas nós somos mais do que simples consumidores de alimentos. O cidadão vulgar – incluindo os jovens – pode apelar à ação, pressionando os decisores a mudarem o que precisa de ser mudado. Se não tiveres acesso a um computador ou à internet, não te preocupes: podes também encontrar formas de falar sobre isto na tua comunidade. A boa comunicação também resulta offline!



Ajuda as pessoas a saírem da armadilha da pobreza

Fala aos teus pais sobre a importância de apoiar iniciativas de desenvolvimento importantes, como os programas de refeições escolares e de nutrição. Educação significa poder. Abre portas a melhores oportunidades de emprego e aumenta a sensibilização para a importância de comer bem.

Cultiva alimentos em casa

Se tiveres acesso a um jardim ou a um espaço exterior, cultiva alguns legumes ou ervas aromáticas. Demorará algum tempo, mas ensinar-te-á muito sobre como os alimentos são produzidos. Pode ser uma forma de exercício e uma atividade divertida para fazeres sozinho, ou com amigos e família. Os espaços verdes também nos fazem muito bem, assim como ao ambiente, porque purificam o ar que respiramos.



Pratica boa higiene alimentar

Deves manter a tua higiene, e também a higiene das zonas onde cozinhas, lavando devidamente as mãos e os alimentos. Isto é particularmente importante se andar por aí um vírus, como é o caso da COVID-19, porque a prática de uma boa higiene alimentar impede a propagação dos germes.



Aprecia e celebra

Celebra os esforços dos nossos heróis da alimentação que, em tempos de crise, continuam a trabalhar empenhadamente para trazer os alimentos até à nossa mesa. Diz a um agricultor no mercado, ou a um trabalhador de supermercado, de entrega de alimentos ou de uma fábrica que lhe estás grato pelo serviço que ele presta, e tenho a certeza que os farás sorrir!



Atividades

Faz o teu próprio sistema alimentar

Em pequenos grupos, escolhe um tipo de alimento que consumas com frequência e pesquisa todas as fases da sua produção (desde o cultivo/criação até à colheita, transformação, embalagem e venda. Não te esqueças do transporte!). Em pedaços redondos de papel separados, faz um desenho que represente cada etapa. Podes depois uni-los com um fio e pendurar as tuas cadeias alimentares na tua sala de aula.

Agora queremos que nos fales do teu herói da alimentação preferido!

Pergunta-te a ti próprio, em que parte do sistema alimentar é que o teu herói da alimentação trabalha? (vê exemplos na página 5).

Qual(is) o(s) super-poder(es) que o teu herói da alimentação tem?



Para qual ODS trabalha este herói da alimentação?

Dá um nome ao teu herói da alimentação!

Inscribe o teu herói da alimentação no Concurso de Cartazes

Agora que já leste e aprendeste sobre os diferentes tipos de heróis da alimentação e o papel importante que desempenham nos nossos sistemas alimentares, participa no Concurso de Cartazes do Dia Mundial da Alimentação. Desenha ou pinta o teu herói da alimentação a trabalhar e, seguidamente, digitaliza ou tira uma fotografia do teu cartaz para participares no concurso (para mais informações, vê a pág. 4).

Não te esqueças!

Recorta a medalha desta página e oferece-a ao teu herói da alimentação local para mostrares o teu agradecimento pelo seu trabalho, ou usa-a tu mesmo e mostra que também és um herói da alimentação!

Soluções das páginas 12-13



Visitas de grupos virtuais à FAO

A sede da FAO fica em Roma, Itália, mas a Organização trabalha em mais de 130 países no mundo inteiro! Gostavas de saber mais sobre a história da FAO, os seus projetos e os locais onde os líderes mundiais se reúnem? Convidamos-te a conhecer o nosso sítio web sobre as Visitas de Grupo, onde podes ficar a conhecer a FAO por dentro e saber mais sobre o nosso trabalho.

Para mais informações, visita
www.fao.org/about/visit-us/en

RECORTE

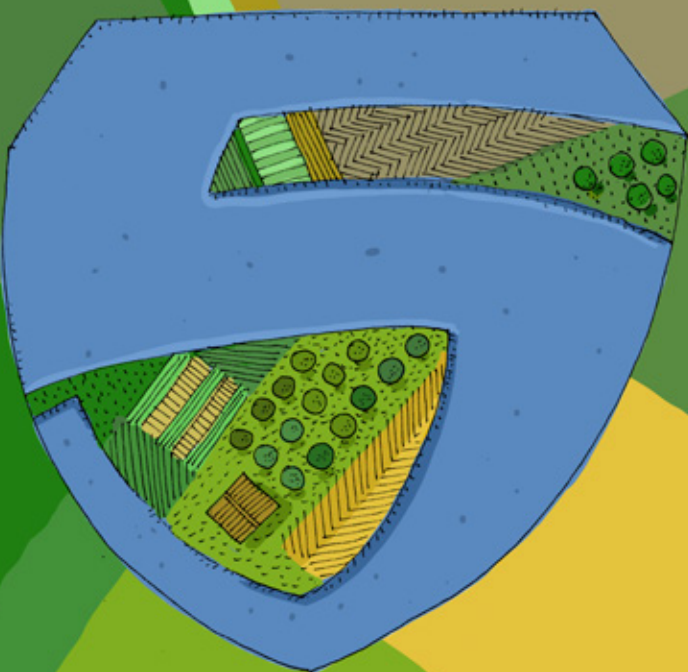
**MEDALHA PARA
O HERÓI DA
ALIMENTAÇÃO**

RECORTA PELO
TRACEJADO



Organização das Nações Unidas
para a Alimentação
e a Agricultura

MEDALHA PARA O HERÓI DA ALIMENTAÇÃO



Coleção de Livro de atividades

Você pode fazer o download da Coleção de Livros de Atividades da FAO “Construindo a geração #FomeZero” juntamente com uma série de materiais para apoiar educadores e pais na preparação de atividades ou aulas sobre questões globais importantes no centro do trabalho da FAO: www.fao.org/building-the-zerohunger-generation



▶ Plantas sanas,
planeta sano



▶ Importa ter uma
alimentação saudável



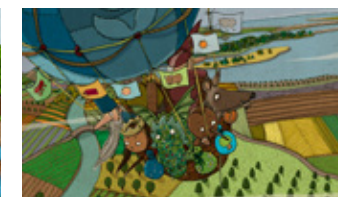
▶ O seu guia da FAO



▶ Trabalhando pela
Fome Zero



▶ Mudar o futuro
da migração



▶ O clima está a mudar

Contacto:

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA
A ALIMENTAÇÃO E A AGRICULTURA

Viale delle Terme di Caracalla
00153 Roma, Itália

world-food-day@fao.org

www.fao.org

ISBN 978-92-5-133122-4



9 789251 331224

CA9845PT/1/08.20