 

**BOLETIM NUTRINDO A MUDANÇA – DEZEMBRO DE 2017**

**Editorial**

**Um ano de luta em busca de reconexão e equilíbrio entre as cidades e o campo**

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

Reconhecer o universo que envolve a produção de nossos alimentos, adquirindo consciência para fazer melhores escolhas em nossas refeições, é algo cada vez mais precioso, em uma sociedade em que um modelo dominante gera uma ruptura entre os habitantes da cidade e a natureza.

Em 2017, ano de muitas lutas devido aos retrocessos sociais e ambientais que nosso país vem sofrendo, o desenvolvimento da agroecologia nos espaços urbanos tem se tornado uma importante fonte de resistência e de transformações na dinâmica da sociedade.

Várias iniciativas surgiram ou se aprofundaram na cidade de São Paulo, ao longo deste ano, e revelaram o quanto os seres humanos têm fome de uma vida mais saudável e solidária. O panorama agroecológico paulistano foi tema de um artigo na [edição 33 da Revista "Urban Agroecology"](http://www.ruaf.org/urban-agroecology-movement-muda-changes-brazilian-metropolis) e apresentou ações em que o MUDA e a CPCAPV estão envolvidos, além de reflexões sobre os potenciais do cultivo na cidade. O texto expõe as diferenças entre agricultura urbana, em geral, e agroecologia urbana, deixando claras as dimensões sociais, políticas, econômicas, ambientais e até espirituais que essa última almeja.

Outra publicação internacional, Public Health Nutrition, também trouxe luz sobre os efeitos do cultivo agroecológico urbano, mas com foco nos seus impactos na saúde. Segundo uma das autoras, Mariana Garcia, o artigo [O Impacto das Hortas Urbanas na Alimentação Adequada e Saudável: uma Revisão Sistemática:](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29160186) “Buscou investigar os impactos da participação de adultos em hortas urbanas na alimentação e nutrição, através do estudo de artigos científicos publicados nas cinco principais bases de dados científicos em saúde. E, como principais impactos, podem ser citados: maior consumo de frutas e hortaliças, melhor acesso a alimentos saudáveis, maior valorização da culinária e da alimentação adequada e saudável. Conclui-se que a participação em hortas urbanas, principalmente comunitárias, revelam um impacto positivo nas práticas alimentares adequadas e saudáveis, principalmente na percepção alimentar”.

A alimentação das crianças paulistanas também está no centro de iniciativas agroecológicas. A lei da merenda orgânica prevê, em suas diretrizes, a prática do cultivo nas escolas, bem como a introdução de alimentos provenientes de nossa imensa biodiversidade vegetal, como as PANCs (Plantas Alimentícias Não Convencionais), nas refeições dos alunos. E desenvolver experiências que impulsionem esse processo é o objetivo do projeto “Viva a Agroecologia!”, realizado por movimentos sociais como o MUDA, o Kairós e a CPCAPV, em parceria com secretarias municipais e com a comunidade escolar.

Além de atividades educativas, mutirões, oficinas de culinária, sessões de vídeo, entre outras práticas, o projeto já possibilitou o preparo de algumas refeições mais nutritivas, feitas com ingredientes colhidos diretamente da horta da escola, para alunos, funcionários e professores, integrando as etapas do ciclo agroalimentar de modo a favorecer o desenvolvimento de uma relação mais profunda da comunidade com a natureza.

Para simbolizar a viabilidade da agroecologia urbana em uma grande capital, podemos terminar este artigo sobre as ações de 2017, citando o [“Banquetaço”,](https://www.facebook.com/events/345123089284719/?active_tab=discussion) evento promovido por um grande conjunto de organizações sociais paulistanas, que transformou, no horário do almoço do dia 16/11, o espaço frontal do Teatro Municipal em um grande banquete gratuito, utilizando alimentos in natura. A repercussão foi intensa e, no mesmo dia, houve o anúncio de que a Farinata, composto alimentar industrializado feito de ingredientes próximos ao vencimento, que a prefeitura de São Paulo cogitava usar nos programas do município, não iria mais ser usada nem na merenda escolar nem no auxílio aos moradores de rua.

Que em 2018, essas ações transformadoras, impulsionadas pela ampliação da agroecologia nos centros urbanos, sejam ainda mais intensas!

**Saber Funcional**

**Programa Repórter Eco aborda PANCs e mostra algumas propriedades nutricionais**

Por Valéria Paschoal VP Consultoria Nutricional

O programa Repórter Eco transmitido recentemente pela TV Cultura teve uma abordagem especial sobre as Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) com participação da Dra Valéria Paschoal, que mostrou diferentes tipos de PANC que valorizam a nossa biodiversidade e enriquecem os pratos de nossa culinária com sabores, cores, aromas e muitos nutrientes. Uma das PANC apresentadas foi a beldroega, rica em diferentes vitaminas e minerais, além de ser fonte de ômega-3, um tipo de gordura boa, essencial para a saúde de nossas células, auxiliando na redução dos riscos de doenças neurológicas, cardiovasculares e imunológicas.

A Hora da Horta, iniciativa de Rita e Marcos Cavaliere, na região norte da cidade de São Paulo, também foi mostrada pelo programa, enfatizando que a aparência de mato de alguns dos canteiros é devido ao cultivo das PANCs, que não tem uma organização tão rígida como as espécies dos canteiros convencionais.

Assista à [reportagem completa](https://www.youtube.com/watch?v=cbHqNGKMtek) e experimente uma deliciosa receita com a beldroega!

**Receita:** Salada de beldroega e manjericão com azeite aromatizado

**Ingredientes:**

- Azeite de oliva extra virgem

- Alho

- Orégano

- Sementes de mostarda

- Alecrim

- Raspas de casca de limão

- Ramos de beldroega

- Folhas de manjericão roxo

**Modo de preparo:** Acrescente em um vidro (escuro) de azeite de oliva o alho, o orégano, as sementes de mostarda, alecrim e as raspas da casca de limão, e guarde por 48h horas. Em uma vasilha, coloque os ramos de beldroega, as folhas de manjericão e tempere com fios do azeite aromatizado.

**Já Mudou!**

**Integrar ações com as nativas da Mata Atlântica é objetivo do AUÁ, que celebra 20 anos**

Por Heloisa Bio Instituto Auá

O ano de 2017 trouxe boas notícias para a Mata Atlântica por meio do trabalho realizado pela ONG Instituto AUÁ, que completou 20 anos de atuação. Recuperar a biodiversidade por meio do valor de nossa identidade territorial e pela criação de um novo ecomercado é o esforço da ONG, com estratégias que incluem pomares de cultivos agroecológicos nos sítios do Alto da Serra, o Empório Mata Atlântica unindo as pontas para a distribuição dos frutos nativos no mercado e até um serviço de buffet com nativas que sensibiliza e educa por meio do alimento, além da educação integral desenvolvida por Ondalva Serrano, que interliga as ações com foco no desenvolvimento do ser humano.

O AUÁ venceu em 1º lugar, na Categoria Natureza, no prêmio Von Martius de Sustentabilidade, realizado pela Câmara de Comércio Brasil-Alemanha, com o projeto “Cambuci, Mata Atlântica e Ecomercado”. E foi segundo colocado no Desafio Ambiental, entre 130 inscritos de todo o Brasil, promovido pelo WWF-Brasil, como o melhor projeto em Inovação e Empreendedorismo em Restauração Florestal de Biomas, com o projeto “Potencial das Nativas da Mata Atlântica para fortalecimento do ecomercado e recuperação do Cinturão Verde de SP”.

Como novidade, inaugurou o Armazém Biomas, um galpão de 500 metros quadrados com estrutura de câmara fria e armazenamento de produtos socioambientais, que permite a logística de comercialização de produtos de comunidades locais.

Foi lançado o documentário “Gente, Natureza e Ecomercado”, em comemoração aos 20 anos, com a divulgação da história da ONG pela voz dos envolvidos com as nativas, o ecomercado, a educação e a Mata Atlântica.

Assim, você conhece melhor este trabalho [aqui](https://www.youtube.com/watch?v=6SleNBza9_Q).

**Vamos Mudar?**

**Livro analisa os negócios com alimentos no atual sistema de produção e consumo**

Por Ester Vivas colaboradora da CPCAPV

“ Um panorama do setor agroindustrial e dos problemas que ele gera na sociedade e na natureza, esse é o conteúdo que o livro “O Negócio da Comida”, escrito pela ativista catalã Ester Vivas. A autora é colaboradora de nossos movimentos agroecológicos aqui no Brasil e redigiu um texto para apresentar sua nova obra. Confiram e, caso queiram encomendar o livro, escrevam para [contraosagrotoxicossp@uol.com.br](mailto:contraosagrotoxicossp@uol.com.br) que conseguimos exemplares em português. Segue a apresentação de Ester:

O objetivo desta obra é revelar e analisar as entranhas do sistema agroalimentar. Para isso, mergulhamos no ventre do agronegócio e dos supermercados, armando-nos de dados e exemplos. Por que os alimentos percorrem milhares de quilômetros do campo ao prato? Por que, em 100 anos, desapareceram 75% da diversidade agrícola? Por que há fome num mundo onde se produz mais comida do que nunca? Por que somos “viciados” em comida-lixo?

Analisamos as causas da fome, os mecanismos que permitem a especulação alimentar, a “febre” pela terra, os vínculos entre pobreza e alimentação, a conexão entre agricultura industrial e mudança climática, a invisibilidade das mulheres camponesas, o impacto dos transgênicos, as consequências do que comemos em nossa saúde, os motivos de uma alimentação atrelada ao consumo de carne, entre outros temas. Revelar o que não lhes interessa que vejamos!”

Mas este livro não quer ficar apenas na crítica. Quer também levar informação compreensível e valiosa, para tirar conclusões e passar à ação. Uma obra que é um grito a não se resignar nem a hesitar. Uma chamada a nos perguntar e indagar. Um apelo à rebeldia e ao compromisso.

“De fato, não enfrentamos um problema de produção de alimentos, mas, sim, um problema de acesso a eles”. Olivier de Schutter (2011), relator especial sobre o direito à alimentação da ONU entre os anos de 2008 e 2014, apontava: ‘A fome é um problema político. É uma questão de justiça social e de políticas de redistribuição’. A posição de classe determina, em grande medida, o que comer. E a crise econômica só piorou a situação.

(…) Milhões de pessoas sofrem as consequências deste modelo de oferta de alimentação *fastfood*, que acaba com a nossa saúde. (…) Mas quem ganha com isso? A indústria agroalimentar e os supermercados são os principais beneficiários”

**Semeando**

**Fim do ano tem promoção de livros, abertura do Comida Sustentável e Festival Vegano!**

**Mês de dezembro –** O Instituto Pedro Matajs está com uma promoção de seu ebook sobre cultivo de Cogumelo Shiitake. Quem adquirir a publicação terá todas as informações para produzi-lo em toras de eucalipto e ainda irá ganhar um bônus exclusivo. Saiba mais [aqui](http://cogumeloshiitake.ead-ipm.com.br/)

**Mês de dezembro –**Outra novidade no mundo das publicações é o [livro PANC Gourmet](https://www.plantarum.com.br/prod,idloja,25249,idproduto,5845731,livros-em-portugues-panc-gourmet---ensaios-culinarios), editado pelo Instituto Plantarum, que já edita a “bíblia” das Plantas Alimentícias Não Convencionais no Brasil. Uma promoção de lançamento dá cerca de 30% de desconto no valor total do livro, que traz receitas do restaurante “Naiah Jardim Botânico”, do Rio de Janeiro.

**A partir de dezembro –** Uma novidade para refrescar o calor nesse verão é o Kombucha de Chá Verde e Cambuci, oferecido no restaurante [Le Manjue Organique](http://lemanjue.com.br/). A bebida, criada através de uma parceria com o Instituto Auá, valoriza o sabor da fruta, produzida de modo agroecológico na Serra do Mar Paulista.

**A partir de 3 de dezembro –** A iniciativa [Comida Sustentável](https://www.facebook.com/comidasustentavelporencomenda/) passará a ter um espaço para oferecer seus produtos diretamente ao público. O mini-restaurante só tem pratos veganos e saudáveis, que são preparados com alimentos orgânicos fornecidos por pequenos agricultores. Vale conhecer e já ir providenciando delícias para as festas de final de ano.

**Dia 20 a 23 de Dezembro –** A primeira edição do [Festival Vegano Jardins](https://www.facebook.com/events/162838517635216/) será realizada na Rua Oscar Freire. Serão quatro dias de exposição e venda de produtos isentos de ingredientes de origem animal e a entrada é gratuita.

**CSAção**

**CSA Brasil esteve em ação contínua em 2017 e agora já se prepara para crescer em 2018!**

Por Wagner Santos CSA Brasil

A CSA Brasil encerra 2017, celebrando as atividades realizadas ao longo do ano. Foram inúmeras visitas a localidades com divulgação da ideia, fomentando o surgimento de novas unidades de CSA pelo país e também visitas a algumas unidades de CSA já existentes. Além disso, tivemos a realização de 5 cursos de formação (2 na Demétria, 1 em Brasília, 1 em Recife e 1 em Manaus – sendo este último no mês de dezembro). Com a realização dos cursos de Recife e Manaus, focamos nossos esforços em ampliar a presença da CSA nessas regiões do país e esperamos colher os frutos da semeadura realizada no próximo ano.

Tivemos também a felicidade de sermos finalistas do Prêmio Fundação Banco do Brasil de Tecnologias Sociais, na categoria Economia Solidária. Não fomos contemplados com o prêmio máximo, no entanto, nosso objetivo de divulgar a ideia da CSA, em diversos canais e meios de comunicação, teve grande êxito com a participação no evento de premiação, uma vez que houve grande destaque a respeito dos princípios e ideais da CSA. Isso já é uma grande vitória.

Estivemos presentes também no Primeiro Festival do Apreço promovido pelo coletivo de CSA’s do DF em Brasília. Um momento maravilhoso que mostra a força e a pujança que a ideia da CSA está promovendo em todo o DF, no coração de nosso país. O festival demonstrou que novas formas de relacionamento estão movendo as pessoas, que participam das Comunidades que Sustentam a Agricultura, a buscarem se organizar enquanto sociedade civil, fortalecendo a economia local, a agricultura familiar limpa, orgânica, agroecológica, natural e biodinâmica. Um caminho de mudança da cultura do preço para a cultura do apreço!

No Brasil, hoje, temos cerca de 12.000 pessoas envolvidas diretamente em uma Comunidade que Sustenta a Agricultura. E o crescimento promete ser grande nos próximos anos.

Cada CSA de uma determinada localidade é uma unidade autônoma que tem dentro de si a força de uma semente. E ser semente é algo ímpar. Algo que tem um potencial incrível de germinar, frutificar e espalhar novas sementes.

Desejamos a todos os parceiros (VP Centro de Nutrição Funcional, Instituto Mahle) e a todos os membros das diversas CSA’s do Brasil que mantém nosso trabalho, bem como aos amigos e aos apoiadores, um excelente natal e um novo ano cheio de realizações com Vitalidade Positiva! Que venha 2018!

**Cuidado: Veneno!**

**Duas publicações, recém-lançadas, discutem o uso abusivo de agrotóxicos no Brasil.**

Por Benjamin Prizendt C. P. C. A. P. V.

A primeira delas refere-se ao [Atlas “Geografia do uso de agrotóxicos no Brasil e conexões com a União Européia”](https://www.larissabombardi.blog.br/atlas2017) de autoria da Profa. Dra. Larissa Mies Bombardi do Departamento de Geografia da USP, resultado de dois pós-doutorados, realizados pela autora em Niterói/ RJ e em Glasgow/ Escócia no período de 2014 a 2017.

Na obra, a profa. Larissa ressalta a diminuição ocorrida no uso da terra na produção dos alimentos que compõem nossa cesta básica, como arroz, feijão, farinha de mandioca e macarrão e associa essa mudança com o aumento na produção das commodities, sendo que “os países da União Europeia (com destaque para Espanha, Itália, França, Holanda, Bélgica e Alemanha) figuram entre os 10 principais compradores de 7 dos 10 principais produtos exportados pelo Brasil.”

O Atlas, com cerca de 200 páginas, apresenta o uso de agrotóxicos e a intoxicação causada por eles, no Brasil e em cada uma de suas regiões (CO, S, SE, NE e N). Tudo baseado em fontes oficiais. A publicação faz, também, um paralelo com o que acontece na União Europeia, apontando as assimetrias no uso dos agrotóxicos em nosso país e na EU. Diferenças que ocorrem com relação “ao que se usa”, “ao quanto se usa” e “ao como se usa”.

A segunda publicação diz respeito ao texto “Uma Overdose de Veneno- Como Mudanças Na Legislação de Agrotóxicos Podem Ampliar seu Uso No Brasil” de autoria de Susana Prizendt, do Movimento Urbano de Agroecologia e do Comitê Paulista da Campanha Permanente Contra os Agrotóxicos e Pela Vida, publicado no [Relatório dos direitos humanos no Brasil de 2017](http://www.social.org.br/files/pdf/relatorio_dh_2017.pdf), recém-lançado em São Paulo.

O texto assinala os quase 10 anos em que o País detém o primeiro lugar no consumo de agrotóxicos e suas consequências sobre o meio ambiente e nossa saúde, além das mudanças sociais que acompanham o quadro da “concentração de terras e de renda, expulsão de trabalhadores do campo, evasão de divisas e perda de soberania alimentar dos povos, além do aniquilamento gradual de nossa cultura popular em relação aos saberes da terra”.

Susana Prizendt analisa as mudanças propostas pela bancada ruralista no Congresso, referentes à legislação sobre os agrotóxicos e tece considerações sobre os retrocessos que acarretam sobre os direitos constitucionais de alimentação saudável e segura: a abolição do símbolo que designa os alimentos transgênicos; o uso pasteurizado da expressão fitossanitário em substituição ao termo “agrotóxico”; a desregulamentação da propaganda de agrotóxicos (atualmente mais restritiva do que a de mercadorias comuns) e a permissão da venda de alguns desses produtos sem a necessidade de um agrônomo responsável e o enfraquecimento da ANVISA e do IBAMA que não teriam mais nenhum poder decisório em relação à aprovação de novos agrotóxicos, cabendo apenas ao MAPA definir os que devem ser permitidos e os que devem ser vetados.

Dessa forma, e com intuito de oferecer um caminho de resistência a essas mudanças, a autora apresenta o Programa Nacional de Redução de Agrotóxicos ou PRONARA e, dado o seu fracasso, sua substituição pela PNaRA (Política Nacional de Redução de Agrotóxicos), uma iniciativa popular que se transformou em um Projeto de Lei, aprovado no final de 2016 no Congresso Nacional. Ressalta, também, a necessidade da sociedade se manter mobilizada para que a PNaRA seja aprovada no Congresso Nacional e transforme- se em Lei Federal. Assine a [petição](http://www.chegadeagrotoxicos.org.br/) e ajude a frear os avrovenenos!

.