



Não basta saciar a fome!

O futuro requer uma alimentação saudável - uma introdução às 56^a, 57^a e 58^a edições da Campanha anual de Pão para o Mundo



Prefácio

“Não basta saciar a fome!” é o lema das 56^a, 57^a e 58^a edições da Campanha anual de Pão para o Mundo. Ter uma alimentação suficiente, saudável e variada é simultaneamente uma promessa de Deus, um grande prazer e uma pré-condição essencial para o desenvolvimento humano. Porém, a nível mundial, atualmente ainda 800 milhões de pessoas passam fome e mais um bilhão de pessoas, embora conseguindo saciar a fome, encontram-se em estado de desnutrição, porque a sua alimentação não contém suficientes nutrientes.

São várias as causas desta situação: quando se vive em condições de pobreza e insegurança, o mais importante é saciar a fome, aquilo que se come é secundário. Por outro lado, desde os anos sessenta que a produção de alimentos a nível mundial está direcionada para o aumento da produtividade, negligenciando a qualidade da produção. No mundo inteiro proliferam os produtos acabados fabricados em massa – ricos em carboidratos e gorduras e pobres em nutrientes – que, na guerra de preços, acabam sobrepondo-se aos produtos mais saudáveis, produzidos localmente. Fazer uma alimentação saudável pressupõe ter educação, especialmente nesta época em que as antigas tradições alimentares foram destruídas ou reprimidas. Só tendo um conhecimento, pelo menos básico, sobre os alimentos e as necessidades nutricionais podemos saber o que faz bem e o que não faz bem ao nosso organismo.

A desnutrição diminui a capacidade física e mental das pessoas e aumenta sua vulnerabilidade às doenças. Isto é especialmente verdade quando se trata de crianças, já que a falta de uma alimentação adequada nos primeiros anos de vida provoca danos corporais irreversíveis.

Pão para o Mundo apoia organizações parceiras em numerosos países de África, Ásia e da América Latina, que informam e esclarecem a população sobre a importância de adotar uma alimentação diversificada, saudável e econômica, sobre as necessidades nutritivas e as culturas adequadas, sobre o uso responsável de recursos e sobre fertilizantes naturais. O objetivo é possibilitar que o maior número possível de pessoas aprendam a cultivar alimentos saudáveis, com especial foco nas mulheres, já que, na maioria dos casos, são elas que cuidam da alimentação.

Nesta publicação vai encontrar fatos sobre esta temática, informações sobre projetos e ainda sugestões para assumir um papel ativo nesta área. Juntemo-nos a outras pessoas em redor do mundo inteiro, para juntos percorrermos os caminhos conducentes a uma alimentação mais saudável, utilizando conscienciosamente os recursos da maravilhosa Criação, para permitir que, no futuro, continue havendo o suficiente para todos.

PASTORA CORNELIA FÜLLKRUG-WEITZEL
Presidente da Pão para o Mundo

Conteúdo



4

4 **Comunhão de mesa** e alimentação na Bíblia



6

6 **O mundo inteiro** pode ter uma alimentação saudável

8 **Ter uma alimentação saudável é possível** - nossos parceiros mostram como se faz

8 **Brasil:** diretamente da terra para a cantina escolar



9

9 **Ruanda:** Agora chegam à mesa frutas e legumes frescos

10 **Índia:** Navdanya - as sementes da resistência



11

11 A alimentação é **um direito humano**

12 **Consumir carne com moderação** e não em massa



13

13 **Consumir peixe** conscientemente

14 O que temos de fazer?

15 Créditos



Comunhão de mesa e alimentação na Bíblia

Para Pão para o Mundo, como organização de ajuda das Igrejas protestantes regionais e livres na Alemanha, as referências bíblico-teológicas são primordiais quando se tematiza o problema da desnutrição. Embora a Bíblia não seja um livro de receitas adequado à cozinha atual, ela contém importantes orientações para uma Teologia da alimentação, saúde e justiça. Seguidamente apresentamos alguns aspectos relevantes a esse respeito.

Texto DIETRICH WERNER, ECKHARD RÖHM, VERONIKA ULLMANN

Os alimentos como dádiva do bondoso Criador para todos

A comunhão de mesa e a alimentação são temas centrais da tradição bíblica. Logo no primeiro Livro, a Bíblia diz que Deus atribuiu às pessoas e aos animais os seus respectivos alimentos (Gênesis 1,29): “E disse Deus ainda: Eis que vos tenho dado todas as ervas que dão semente e se acham na superfície de toda a terra, e todas as árvores em que há fruto que dê semente; isso vos será para mantimento”.

O espanto e a gratidão pela bondade de Deus, que a todos os seres humanos providencia alimentos com fartura, fazem parte da essência da fé bíblica (Salmo 104,10-14). Muito para além da finalidade de saciar a fome, os alimentos têm também, no contexto bíblico, o sentido de contribuir para a alegria e a felicidade dos seres humanos (Salmo 104,15; Joel 2,21-24).

Alimentação variada como sinal da providência do Criador

A fé do Antigo Testamento está repleta de louvores a Deus por ter guiado o Seu Povo para uma boa terra, uma terra de abundância, repleta de alimentos variados e suficientes para todos: “Terra de trigo e cevada, de vides, figueiras e romeiras” (Deuteronômio 8,7-10). As leguminosas (como as ervilhas, lentilhas e feijão), que possuem um elevado teor em proteínas eram, na época bíblica (Ezequiel 4,9), um elemento indispensável da alimentação, ao contrário do consumo de carne, que naquela época era uma exceção.

Segundo Gênesis 9,3, Deus permite ao ser humano comer carne, mas esta permissão está relacionada com a referência à violência que caiu sobre o mundo devido ao pecado original e ao fratricídio, testemunhando pois a consciência de que não é possível comer carne sem exercer violência contra outro ser vivo. Além disso,



naquele tempo a maioria dos pobres não possuía sequer meios para obter carne, e, ainda que os tivesse, só lhe era permitido comer determinados animais (Deuteronômio 14,4 e seg.) – por exemplo, em cerimônias de sacrifício.

Note-se ainda que já numa passagem do Livro de Daniel encontramos referências aos efeitos da alimentação cárnea para a saúde (Capítulo 1,8-17). Nela é feita uma clara diferenciação entre o regime alimentar dos ricos na corte babilônica, caracterizado por um opulento consumo de carne e presumíveis excessos alcoólicos, e a alimentação simples da tradição judaica, baseada em legumes e fruta, mas qualitativamente mais valiosa. Assim, sobre aqueles que se alimentaram mais de legumes e fruta é dito que “no fim dos dez dias as suas aparências eram melhores; estavam eles mais robustos do que todos os jovens que comiam das finas iguarias do rei”.

As regras alimentares como sinal de respeito pela Vida e pelo seu Criador

Já na corte real do Antigo Israel, os hábitos alimentares dos poucos ricos que havia contrastavam fortemente com o estilo de vida simples e uma alimentação pobre em carne da maioria da população (1. Reis 5,3: dez bois gordos e vinte de pasto...), sendo os primeiros fortemente criticados pelos profetas: “Cessarão os festins dos regalados” (ver Amós 6,4-7). Na nossa relação com Deus e com o próximo, aquilo que comemos reveste-se de significado. Assim, a alimentação dos seres humanos deve obedecer incondicionalmente ao mandamento de reduzir para o mínimo a violência contra a Criação e contra todos os seres vivos, bem como a injustiça entre as pessoas.

O tema da alimentação remete sempre para o ser humano enquanto parte da Criação divina, para o cumprimento da vontade do Criador, para os mandamentos de Deus (Êxodo 20, esp. 3-4) e para a santidade na vida cotidiana (Levítico 19,2).

A orientação fundamental da espiritualidade cristã dos alimentos torna-se especialmente visível no Novo Testamento, pelo fato de, no Sermão da Montanha, o pedido do pão de cada dia (Mateus 6,11) estar enquadrado nos pedidos para que seja feita a vontade de Deus na terra, para obter o perdão pelas ofensas e para não se deixar cair em tentação.

A refeição e a comunidade

O pão e o sumo das uvas eram os alimentos mais elementares daquela época e representam o símbolo da comunhão, tanto entre as pessoas, como entre cada pessoa e Deus. Desde o Antigo até ao Novo Testamento, o ato de partilhar o pão conjuntamente e de partilhar as refeições são elementos centrais de muitas tradições bíblicas de hospitalidade e de partilha da mesa (Gênesis 18,1-8; Êxodo, 2,20; Lucas 24,35). A oração pelo pão de cada dia e a partilha do pão são o ato fundamental da Igreja: “Partiam pão de casa em casa, e tomavam as suas refeições com alegria e singeleza de coração, louvando a Deus e contando com a simpatia de todo o povo” (Atos dos Apóstolos 2,46; também 2,42; 27,35).

Valor e qualidade dos alimentos e comunhão de mesa como sinal do Reino de Deus

A Bíblia enfatiza o valor precioso dos alimentos, resultante da santidade de Deus Criador: a crença bíblica fundamental em Deus como Criador dos alimentos é expressa na liberdade do usufruto responsável (1. Coríntios 10,31: “Portanto, quer comais quer bebaís, ou façais outra coisa qualquer, fazei tudo para a glória de Deus”). É esta visão tradicional da ceia festiva para todos, como conta a parábola da grande ceia, em Lucas 14,15-24, em que o convite é dirigido a todas as pessoas. Pão para o Mundo significa aqui: convite e saciedade dos “pobres, os aleijados, os cegos e os coxos” saindo pelos caminhos e valados afora e “obriga a todos a entrar, para que fique cheia a minha casa” (Lucas 14,23).

Esta visão acompanha o trabalho de Pão para o Mundo – Serviço Protestante para o Desenvolvimento. Como cristãs e cristãos que somos, acreditamos que, se os valiosos dons da Criação forem distribuídos de modo justo e acessível para todos, eles permitem que a humanidade alcance a saciedade no sentido mais amplo: provida de todos os nutrientes essenciais para uma vida saudável e participando de uma justiça global.

O mundo inteiro pode ter uma alimentação saudável

A nível mundial, cerca de 840 milhões de pessoas passam fome e mais outro bilhão de homens, mulheres e crianças sofrem de desnutrição. Embora as pessoas desnutridas possam ingerir suficientes calorias para não se deitarem com fome à noite, o que elas comem não é suficiente para terem uma vida saudável, ativa e digna, pois os alimentos que consomem carecem de micronutrientes importantes como vitaminas, iodo, ferro, proteínas ou zinco. Até mesmo pessoas com excesso de peso podem ser afetadas pela deficiência de nutrientes, se consumirem muitas «calorias vazias», em forma de farinha branca, gorduras saturadas e açúcares. Atualmente, cerca de 1,4 bilhões de pessoas têm excesso de peso, 500 milhões das quais são até obesas, e o seu número vem aumentando em todas as regiões do mundo.

Isso significa que a fome e a desnutrição afetam quase metade dos sete bilhões de pessoas da população mundial. Este é um problema que resulta da atuação humana, nomeadamente, da prolongada e excessiva concentração das políticas e da economia no aumento da produção de alimentos. A Revolução Verde na década de 60 apostou em soluções tecnológicas, em monoculturas e em fertilizantes e produtos de proteção fitossanitária químicos. Os alimentos básicos como o arroz, milho, trigo ou batatas foram selecionados de modo a serem hoje ricos em amido, mas mal contendo oligo-elementos.

Monotonia alimentar, em vez de variedade no prato

A atual seleção vegetal continua sendo feita no mesmo sentido, concebida em primeira linha para produzir em elevadas quantidades, enquanto, cada vez mais, a diversidade nos campos e à nossa mesa vai diminuindo. Assim, nossa alimentação vem-se tornando progressivamente mais monótona; em todo o planeta, ao invés de se alimentarem com verduras cultivadas, variadas e ricas em nutrientes, as pessoas consomem majoritariamente hidratos de carbono, gorduras e açúcar.

O preço que a humanidade tem que pagar pelos sistemas agrícolas e alimentares industrializados é elevadíssimo: a população adocece e torna-se menos produtiva, os sistemas de saúde são sobrecarregados; a biodiversidade diminui, os solos ficam esgotados, os gases com efeito de estufa prejudicam o ambiente e o clima muda; o roubo de terras assume dimensões gigantescas; a indústria de carnes, em constante expansão, exige áreas cada vez maiores para o cultivo de ração para animais; os mares são sobreexplorados.

Os alimentos que são produzidos através deste sistema, não chegam onde são precisos. As perdas de colheita são demasiado elevadas, as distâncias entre o produtor e o consumidor demasiado longas e os preços demasiado caros para os pobres.

Por outro lado, nos países ricos como a Alemanha, enormes quantidades de comida vão parar ao lixo. Para isso contribuem a atribuição errónea de subsídios, estruturas comerciais injustas, o lobby das multinacionais e o poder da publicidade.

Fortalecimento das estruturas rurais

A chave na luta contra a fome e desnutrição está no desenvolvimento rural. 70 a 80% das pessoas que passam fome vivem em áreas rurais. No entanto, se tivessem os conhecimentos necessários, uma infraestrutura intacta e condições comerciais justas, as famílias de camponeses e pescadores poderiam não só ter auto-suficiência alimentar, como até abastecer a população urbana com produtos saudáveis, produzidos na mesma região. Por essa razão, Pão para o Mundo reivindica o fortalecimento das estruturas rurais e defende que é possível abastecer o mundo com alimentos saudáveis de modo sustentável através de uma agricultura ecológica baseada na preservação dos solos, na biodiversidade e no uso de sementes tradicionais produzidas pelas próprias camponesas e camponeses, no seio de uma rede de solidariedade social.

Atuando nesse sentido, Pão para o Mundo apoia numerosos projetos de organizações parceiras em áreas rurais, com um foco especial na promoção das mulheres. Em geral, são elas que assumem o papel de cuidar da família, que tratam da agricultura de subsistência, que se ocupam da casa e do quintal, que assumem os cuidados com a saúde e higiene e que cozinham para as crianças. Mas apesar de tudo isso, as mulheres continuam sendo fortemente desfavorecidas na maioria das sociedades. Portanto, quando o objetivo é alcançar uma alimentação saudável e suficiente para todos, é fundamental promover simultaneamente a equidade de género.

Um mundo sem fome e sem carência é possível, mas para o alcançar é necessária uma enorme vontade política de todos os intervenientes, tanto nos países ricos como nos países pobres do mundo; por parte das multinacionais e por parte das consumidoras e dos consumidores. Cada pessoa pode contribuir para isso. Temos que mudar o nosso modo de pensar. Todos e cada um.



Mulheres trabalhando num campo de abóboras no Bangladesch. A abóbora, rica em vitaminas, é um ingrediente muito usado no caril de legumes.

Dados sobre a fome e a desnutrição no mundo

- Em cada ano, 2,5 milhões de crianças morrem como consequência da desnutrição.
- 80 % da população que sofre de pobreza extrema, ou seja, que tem menos de 1,25 US dólares por dia, vive em áreas rurais. 50 % das pessoas que passam fome pertencem a famílias de pequenos camponeses, 8 % são pescadores e pastores, 22 % são trabalhadoras e trabalhadores agrícolas ou Sem Terra e 20 % são pobres urbanos.
- 70 % das pessoas que passam fome são mulheres e meninas.
- 2 bilhões de pessoas têm uma ou mais deficiências de micronutrientes necessários para uma vida saudável.
- 26 % das crianças menores de cinco anos sofrem atrasos de crescimento.
- 1,4 bilhões de pessoas têm excesso de peso e, destas, 500 milhões sofrem de obesidade.
- Até 2050, o número de pobres nas cidades vai aumentar, mas mais de 50 % dos pobres continuarão a viver nas áreas rurais.

A importância dos primeiros 1.000 dias de vida

O problema da desnutrição começa logo no ventre materno. Os primeiros 1.000 dias são decisivos para as possibilidades de vida de cada ser humano. Se uma criança não recebe suficientes calorias e nutrientes desde o início da gestação e até aos dois anos de idade, o seu desenvolvimento mental e físico pode ficar prejudicado de forma irreversível. A carência alimentar durante este período pode provocar graves danos de longo prazo, como cegueira, deficiências de aprendizagem ou anemia, ou ainda doenças crônicas, como diabetes.

A oportunidade de ter uma vida saudável

Consequentemente, o combate eficaz contra a fome e a desnutrição requer, desde o início, uma atuação ao nível da alimentação das gestantes e das mães. Quando estas estão bem nutridas, as crianças beneficiam diretamente, nascendo com peso normal e sendo menos vulneráveis às doenças e a atrasos do seu desenvolvimento. A possibilidade de uma criança ter uma vida saudável, ativa e autónoma aumenta quando é amamentada durante, pelo menos, meio ano. Ao contrário, mães desnutridas transmitem seus défices à geração seguinte, agravando-se dessa forma a fome, a carência e a pobreza.

Ter uma alimentação saudável é possível - nossos parceiros mostram como se faz

Pão para o Mundo apoia, a nível mundial, numerosos projetos que visam a segurança alimentar, com especial enfoque no abastecimento da população com alimentos saudáveis, diversificados e acessíveis, produzidos com métodos de cultivo respeitadores do ambiente. Paralelamente à implementação dos projetos, nossos parceiros empenham-se em prol da equidade de género e exigem de seus governos a efetivação do direito à alimentação. Nas páginas seguintes apresentamos alguns exemplos de projetos realizados no Brasil, na Índia e no Ruanda.



À esquerda Denise Peter cultivando seus campos no sudoeste do Brasil segundo princípios ecológicos.

Em cima No Brasil, as refeições nas creches e nas escolas são gratuitas - como sucede nesta creche perto de Pelotas.

A estufa da família Pokojewski é um verdadeiro tesouro. Exuberantes plantas de tomate elevam-se na direção do sol, ao lado de couveflor, buchos de salsa e feijões. No sudoeste do Brasil, o sol queima tão fortemente, que os produtores biológicos são obrigados a proteger bem suas sementes. “Através da estufa, só metade dos raios ultravioletas conseguem passar”, explica Denise Peter Pokojewski, uma pequena agricultora.

Juntamente com seu marido Gerónimo Pokojewski, descendente de emigrantes europeus, a senhora Pokojewski cultiva dois hectares de terra de acordo com os princípios ecológicos. Ao invés das plantações de tabaco e soja da região, contaminadas pelos pesticidas, as pequenas agricultoras e os pequenos agricultores organizados optam por utilizar adubos orgânicos e vários produtos diferentes para manter a fertilidade do solo. A diversidade de produtos de suas lavouras e estufas é

impressionante: de beterraba, cenouras, ervas e alface até vinhas e muitas outras, passando por laranjas, figos ou pêssegos, crescem aqui 70 espécies diferentes!

Um novo olhar sobre os alimentos

“Através de nosso trabalho, os camponeses e as camponesas não só produzem melhor, como também têm uma alimentação mais saudável”, diz Daniele Schmidt Peter. A irmã mais jovem de Denise presta assessoria como especialista do CAPA aos pequenos produtores do seu país. “Nosso programa abre o acesso aos mercados e permite aos agricultores e agricultoras terem uma renda que não é alta, mas é segura. Por outro lado, para as escolas também começa uma nova era, pois todas estas crianças que agora se alimentam de maneira mais saudável e têm mais conhecimento formam uma nova geração de consumidoras e consumidores que, no futuro, terão uma nova visão sobre os alimentos.”

Ruanda: Agora chegam à mesa frutas e legumes frescos

No Ruanda, quase metade da população infantil sofre de desnutrição. A organização CSC presta ajuda a famílias pobres na região de Muhanga, para a criação de hortas domésticas.

Texto MARTINA HAHN

Christine Mukakamali tem orgulho da sua exuberante horta de legumes: feijão e pimentão elevam-se em direção ao céu, ao lado de batata-doce, espinafre e cebolas; nas laranjeiras brilham frutos maduros e os canteiros de ervas estão densamente carregados de tufo perfumados. Desde que Christine, de 50 anos, é membro de um grupo de auto-ajuda para pequenos camponeses nos arredores da capital do distrito de Muhanga, ela sabe que seus sete filhos precisam de ter uma alimentação saudável, para serem ativos e terem uma vida digna. Os técnicos do CSC (Centre des Services aux Coopératives), uma organização parceira de Pão para o Mundo no sudoeste do Ruanda, realizam regularmente treinos sobre questões alimentares, cultivo orgânico, higiene e saúde, dirigidos às camponesas e aos camponeses. Christine Mukakamali participa no programa já desde 2007 e ainda não houve nenhum dia em que ela se arrependesse.

Qualidade em vez de quantidade

“Foi nos cursos de formação do CSC que eu aprendi como é importante ter uma alimentação equilibrada”, diz Christine. Nas traseiras de sua casa ela fez uma horta, onde enriquece o solo com composto e adubo e protege as plantas de pragas e parasitas; hoje, ela também sabe que: “não devo cozinhar o espinafre durante muito tempo, porque aí as vitaminas se perdem.” Mas isso nem sempre foi assim. Hoje, Sylvain, o seu filho mais velho, é um jovem forte que estuda eletrotécnica; porém quando era bebê, ele adoecia com muita frequência, sofrendo constantemente de malária, vermes ou diarreia, porque seu corpo não recebia suficientes nutrientes. Nessa época, a família deixava as laranjas apodrecerem nas árvores porque os anciãos troçavam, dizendo que os legumes e a fruta eram para os fracotes. Mas agora Christine Mukakamali sabe que esses preconceitos são totalmente absurdos e que o isogí, um legume local, não só é rico em ferro, como também pode perder o seu gosto amargo mediante uma determinada forma de preparação.

“Não basta apenas ficar saciado”, diz o agrônomo Innocent Simpunga, coordenador do programa de segurança alimentar e agricultura sustentável do CSC, e acrescenta: “As pessoas precisam de ter qualidade em

vez de quantidade nos seus campos e no prato, senão elas continuarão fracas.” No Ruanda, a maioria das pessoas considera que uma boa refeição deve incluir batata-doce e mandioca, ambos tubérculos com elevado teor de amido e poucas proteínas. Muitas famílias têm suficiente quantidade de ambas, mesmo que apenas para uma vez ao dia. Segundo diz Innocent Simpunga, as consequências são péssimas: nesta alimentação “faltam vitaminas, proteínas, ferro, zinco, iodo e outros nutrientes; os bebês não se desenvolvem e os jovens prejudicam seu futuro, porque não conseguem concentrar-se.” “A desnutrição”, diz o especialista, “bloqueia o nosso desenvolvimento.”

O Futuro está aqui

Graças ao CSC, também outras famílias como a de Christine Mukakamali e o seu marido Jean Bosco cultivam frutas e legumes em quantidade suficiente para cobrir as suas necessidades em nutrientes e ainda produzem excedentes que vendem no mercado e que lhes permitem financiar as despesas da escola dos seus filhos e ampliar sua pequena exploração agrícola familiar. Desde que Christine e Jean Bosco compraram duas vacas que vivem numa cabana no pátio interior, todos os membros da família bebem um copo de leite ao jantar. Tal como acontece hoje. Falta pouco para as 18 horas e já está escuro. Mas isso não faz mal, porque recentemente a família conseguiu ter eletricidade em casa. A lâmpada de baixo consumo ilumina a mesa coberta de “discos-rígidos”, peças de DVD e um alto-falante. Sylvain, o filho estudante, instalou aqui a sua oficina, contribuindo assim para a renda familiar. Sem eletricidade, isso não seria possível. “Quando não estou a atarraxar e desatarraxar parafusos em computadores velhos, estou a trabalhar na horta”, diz Sylvain. Ele não pretende ter um emprego na capital Kigali, como tantos outros jovens pretendem. Ele quer ficar em Muhanga, fundar uma família e mostrar aos seus filhos que ao cultivar o solo, se está construindo o futuro. Tal como faz sua mãe, que já há muito tempo transmite aos vizinhos e familiares os conhecimentos que adquiriu. “Eu não preciso ir embora daqui”, diz Sylvain. “Tenho aqui tudo aquilo que preciso.”



Índia: Navdanya - as sementes da resistência

A sala parece uma antiga farmácia: as prateleiras estão cheias de frascos e vasilhas de diferentes tamanhos. “Este é o banco de sementes da nossa quinta da biodiversidade”, diz Vandana Shiva, doutorada em física, ativista ambiental e homenageada com o prêmio Nobel Alternativo. “Aqui estão armazenadas mais de 500 variedades de arroz, 60 variedades de trigo, vários tipos de feijão, milho-miúdo e mostarda.” Estas sementes abastecem mais de 50.000 pequenas unidades de produção ecológica.

Na Índia, as famílias camponesas têm de enfrentar enormes desafios, especialmente porque gigantes do mercado mundial, como a multinacional norte-americana Monsanto, invadem todo o país com sementes geneticamente modificadas. Muitas camponesas e muitos camponeses são obrigados a comprar as sementes caras, os fertilizantes artificiais e os pesticidas daquela multinacional, contraindo assim dívidas que não conseguem pagar quando a colheita acaba sendo menor do que se esperava. Calcula-se que nos últimos anos o endividamento levou mais de 200.000 homens e mulheres a cometerem suicídio.

Bancos de sementes para assegurar o futuro

Para deter o agronegócio, Vandana Shiva fundou, em 1991, a organização Navdanya, com o apoio de Pão para o Mundo. A organização cria bancos de sementes comunitários onde são armazenadas, multiplicadas e distribuídas as sementes de cereais e legumes. Além disso, são estudadas variedades resistentes ao sal e ao

clima, para assegurar, também no futuro, a subsistência das camponesas e dos camponeses. Navdanya prioriza o fortalecimento das mulheres, já que são elas que suportam a maior parte da carga da agricultura familiar e por isso sofrem de forma acrescida as consequências da destruição ambiental e das mudanças estruturais.

A organização Navdanya criou já mais de 55 bancos de sementes e convenceu mais de 50.000 famílias camponesas a adotarem a produção ecológica. Conseguiu ainda lutar com sucesso contra o cultivo de beringela geneticamente modificada.



Em cima Num curso de culinária, cozinhando com espécies de arroz tradicionais.

Em baixo As sementes de cereais e legumes ficam a secar no banco de sementes.

A alimentação é um direito humano

O fato de quase dois bilhões de pessoas sofrerem fome ou desnutrição é um indicador de que a política e a economia falharam, pois o direito à alimentação é um direito humano inalienável. Cada homem, cada mulher e cada criança tem o direito de ter uma alimentação saudável, diversificada e acessível, ou seja, não se trata apenas da quantidade suficiente de alimentos, mas também da sua qualidade.

Por essa razão Pão para o Mundo reivindica, juntamente com as organizações parceiras, que o direito à alimentação seja uma normativa da política de cada governo. Em seu trabalho, as organizações parceiras aliam o empenhamento em prol dos grupos mais afetados pela fome e desnutrição ao objetivo de mais equidade de gênero e apoio às mulheres, como grupo mais desfavorecido e vulnerável.

Promover as mulheres e meninas

70 % - e portanto a maioria - das pessoas que passam fome são mulheres e elas são também mais afetadas pela desnutrição. Em muitas sociedades, as mulheres não têm direito a possuir terra nem a frequentar a escola. É frequente não serem consideradas confiáveis para receberem crédito e alimentarem-se apenas das sobras que os homens deixam da refeição. Porém, as mulheres são atoras que se empenham ativamente em defesa dos seus direitos.

Demandar aos governos o cumprimento de suas obrigações

O direito à alimentação impõe aos estados a obrigação de respeitar, proteger e cumprir este direito. Esta imposição é válida tanto a nível nacional como internacional.



Aumentar a autoestima

“Quando, no âmbito dos projetos, as pessoas tomam conhecimento do seu direito à alimentação, muitas delas reagem com grande surpresa. Elas tomam consciência de que não dependem apenas da boa vontade de outros e que a partir daí podem dizer: Eu tenho um direito, eu não sou apenas um pedinte! E esta atitude provoca mudanças no interior das pessoas.”

Dra. Sonja Weinreich, coordenadora da unidade de serviços públicos básicos e segurança alimentar de Pão para o Mundo



As mulheres beneficiam dos projetos, como acontece neste projeto realizado em Angola.

Um estado não só não pode impedir os esforços próprios de suas cidadãs e seus cidadãos, como também tem de os proteger de terceiros - por exemplo, do roubo de terras por multinacionais - e ainda de lhes garantir o acesso seguro a alimentos saudáveis por um preço acessível.

No seu apoio a projetos e atividades de lobby, Pão para o Mundo empenha-se a nível mundial em prol do acesso justo aos alimentos e portanto à terra, a áreas de pesca, água, conhecimento e capital e reivindica a garantia de condições para uma vida digna através de sistemas de segurança social, em especial para pessoas sem suficiente renda ou sem acesso à terra.

Recomendações do antigo Relator Especial das Nações Unidas sobre o direito à alimentação, Olivier de Schutter:

- Os governos devem promover a amamentação dos bebês com leite materno e restringir o uso de produtos de substituição do leite materno.
- A comercialização de alimentos com elevado teor de gorduras saturadas, sal e açúcar deve ser regulamentada, por forma a ter em conta a promoção da saúde.
- Deve ser incentivada a compra de fruta e legumes de produção predominantemente local.
- As campanhas educativas sobre alimentação saudável devem promover decisões sustentáveis na compra e no consumo de alimentos.
- Deve ser promovida a alimentação saudável em cantinas escolares, creches e outras instituições públicas, e estas devem poder abastecer-se com produtos de agricultura sustentável da própria região.

Consumir carne com moderação e não em massa

A carne contém nutrientes vitais como proteínas, vitaminas, zinco e ferro. Porém, o consumo exagerado de carne é prejudicial não só para o próprio corpo de quem consome, como para o ambiente e para outras pessoas, que, de diferentes maneiras, são afetadas pela sua produção e comercialização - especialmente famílias pequenas agricultoras e pessoas que trabalham em matadouros.

Situação atual

A agricultura globalizada dissocia a agricultura da pecuária, perturbando o equilíbrio original. As graves consequências podem ser ilustradas através dos três exemplos seguintes.



As exportações de aves destroem os mercados africanos

As partes de frangos, como o pescoço ou as asas, que não são consumidos na Alemanha, são mandadas para África a preços de dumping, destruindo assim os mercados locais. De 2011 para 2012 as exportações da Alemanha para África aumentaram para mais do dobro, com consequências desastrosas, não só para as famílias de camponesas e camponeses que vivem da criação de frangos, mas também para todos aqueles que dela beneficiam, como por exemplo, produtoras e produtores de ração para os animais ou vendedoras e vendedores nos mercados, que perdem assim uma importante fonte de rendimento.



O estrume contamina os solos na Alemanha

O sistema de pecuária intensiva praticado na Alemanha produz mais estrume do que o ciclo de nutrientes natural pode suportar. Assim, demasiado adubo azotado acaba contaminando os solos e as águas subterrâneas. Como resultado, além de quase 60% das águas subterrâneas da Baixa Saxónia estarem demasiado contaminadas com nitrato, a água dos rios arrasta nitrato de sódio para o mar, propiciando aí o crescimento de algas.

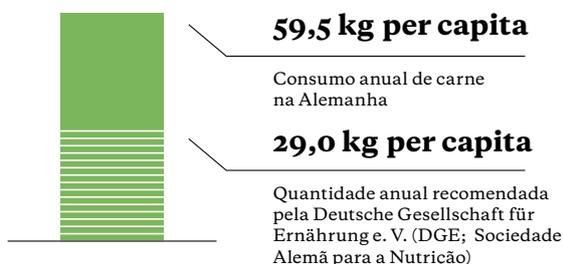


Impactos para as pessoas, para o ambiente e na América do Sul

Como a Alemanha não produz quantidade suficiente de ração para cobrir as suas próprias necessidades, chegam aos comedouros locais grandes quantidades de soja importadas do Brasil e da Argentina.

Nestes países, estas culturas têm um forte impacto, tanto para a segurança alimentar quanto a nível ambiental: as culturas de soja e as pastagens extensivas para a criação de gado bovino destruíram já um quinto da floresta amazônica. O desmatamento provoca também o aumento dos gases com efeito de estufa. Além disso, a destruição progressiva das florestas e savanas dá frequentemente origem a conflitos de terras entre os detentores de grandes plantações e a população rural, que é banida de suas terras, perdendo assim sua base de subsistência e ficando sujeita à fome.

Metade é suficiente



Melhor - diferente - menos

Reduzir o consumo de carne e enchidos também é uma via para a mudança no sentido de aumentar a sustentabilidade. Ao contrário da pecuária convencional, a produção de carne e enchidos através de uma pecuária ecológica dispensa e rejeita a importação de ração dos países em desenvolvimento.

Consumir peixe conscientemente

O mar é a maior fonte de alimentos do mundo. Para mais de um bilhão de pessoas, o peixe é a mais importante fonte de proteína animal, contendo também grandes quantidades de ácidos gordos insaturados, vitaminas e importantes nutrientes, como iodo ou selênio. Por outro lado, a pesca é também uma fonte de renda para cerca de 54 milhões de pescadores e para as pessoas (o triplo do número de pescadores).

Situação atual

A pesca industrial não toma em consideração o sistema ecológico marítimo no seu todo, perturbando e destruindo o equilíbrio natural. As graves consequências deste sistema podem ser ilustradas através dos três exemplos seguintes.



Navios-fábrica saqueiam as áreas costeiras africanas

Como a frota pesqueira europeia já depauperou fortemente os estoques locais do seu litoral, atualmente os superbarcos de arrasto subvencionados pescam nas águas ao largo das costas da África ocidental, a par de navios de pesca chineses, coreanos e russos. Embora uma grande parte desta pesca seja legal, também há outra grande parte que é ilegal. Em resultado deste excesso de exploração dos estoques, os pescadores artesanais cada vez pescam menos, as mulheres perdem a sua base de subsistência no processamento e na venda de pescado e milhões de pessoas perdem sua mais importante fonte de proteínas, ficando ameaçadas de sofrerem de desnutrição.



O impacto da reforma das pescas da UE para África

De futuro, os navios de pesca da UE só terão permissão para lançar as suas redes ao largo das costas africanas onde e se tiver sido cientificamente comprovado que existem excedentes nesse local. Além disso, uma parte das compensações financeiras alocadas pela União Europeia deverá ser comprovadamente usada para beneficiar a pesca artesanal.

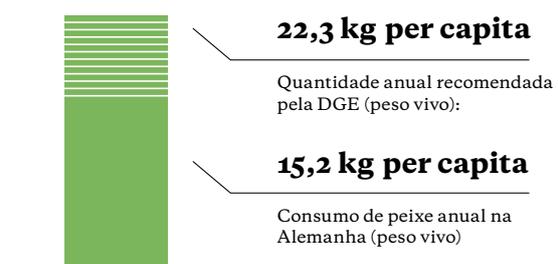


A pesca ilegal agrava seriamente a sobrepesca

Milhares de toneladas de peixe são diariamente atiradas mortas ao mar como capturas acessórias por embarcações de pesca. Cerca de 30% da pesca industrial é feita ilegalmente e não aparece nas estatísticas.

Saudável para nós e também para os outros

Peixe no nosso prato: Para a saúde é de menos; em termos globais é mais do que suficiente.



Na realidade, é uma sorte que as pessoas na Alemanha consumam menos peixe do que a quantidade recomendada, pois esta recomendação não tem em consideração o estado das populações de peixe a nível mundial.

Estes são os peixes que pode comer com a consciência tranquila

Francisco Mari, responsável pelo tema das Pescas na Pão para o Mundo, recomenda o consumo de peixe proveniente de pesca sustentável ou de piscicultura ecológica, como a truta de lago e a carpa, proveniente de produtores regionais.

O que temos de fazer?

A erradicação da fome e da desnutrição exige uma mudança de rumo a nível mundial, direcionada para um desenvolvimento sustentável, baseado nos direitos humanos. Para isso, é imperioso adotar uma política agrária e de pescas sustentável e duradoura, que contribua para a superação da pobreza e que priorize, acima de tudo, o direito à alimentação.

Para que os alimentos que consumimos na Alemanha e na Europa sejam saudáveis para nós e também para os outros, as políticas alemãs e europeias têm de reger-se pelos seguintes princípios:

- Assumir **responsabilidade** pelas consequências, a nível internacional, das decisões agropolíticas
- Respeitar a **soberania alimentar** dos outros países e apoiar outros países, para poderem ter auto-suficiência alimentar a longo prazo
- Criar condições que possibilitem a **auto-suficiência** das populações com alimentos saudáveis
- Promover a **preservação dos recursos**, a proteção do clima, dos animais e da diversidade biológica.



As famílias de pequenas agricultoras e pequenos agricultores precisam de ser apoiadas. São elas que produzem 80 % de todos os produtos alimentares produzidos nos países em desenvolvimento.

Medidas a tomar:

- **Reduzir a orientação para a exportação:** As exportações europeias de alimentos ameaçam a soberania alimentar em muitos países. Além disso, a sobreprodução alimentar na Europa é baseada na importação de ração para animais e de produtos agrícolas dos países em desenvolvimento e de países emergentes, onde o cultivo desses produtos provoca conflitos de terra, violações dos direitos humanos e a perda da biodiversidade.

- **Promover a agricultura familiar e a pesca de pequena escala de forma eficaz e duradoura, a nível mundial:** A longo prazo, os apoios com fundos públicos devem ser direcionados de forma consistente para serviços socialmente desejáveis: segurança do abastecimento, proteção do clima e preservação da diversidade, manutenção das paisagens culturais, preservação de estruturas regionais sustentáveis. Para isso, a UE e seus estados-membros devem alocar pelo menos 10 % do orçamento destinado ao desenvolvimento. A pesquisa agrônômica deve ser muito mais centrada na promoção da produção de pequena escala.
- **Promover uma pecuária ecológica que também tenha em conta o bem-estar dos animais:** A agricultura tem de respeitar e cumprir os direitos humanos e a proteção dos animais.
- **Privilegiar e fortalecer a pesca artesanal:** A pesca de pequena escala precisa de áreas costeiras protegidas para poder continuar a usar técnicas de pesca que poupam recursos e são comprovadamente sustentáveis.
- **Fortalecer a defesa e a responsabilização dos consumidores:** Providenciar informação de fácil compreensão (rotulagem de alimentos) para evitar que os consumidores sejam enganados e realizar medidas de sensibilização que visem promover uma alimentação saudável e responsável.



Garantir a alimentação - agora!

Exortamos as decisoras e os decisores políticos na Alemanha, na Europa e no mundo inteiro a reconhecerem os sinais dos tempos e a fazerem tudo o que estiver ao seu alcance para garantir a alimentação da população mundial e para o mais rapidamente possível, porém o mais tardar até 2030, erradicar totalmente a fome no mundo. Este intento não é uma utopia: é um objetivo ambicioso, mas realista. Ele exige uma atuação imediata e eficaz, sem fraquejar e sem adiamentos.

Mensagem do 11.º Sínodo da EKD: “Há o suficiente para todos” - Alimentação mundial e agricultura sustentável, novembro de 2013

Créditos

Editado por
Pão para o Mundo - Serviço Protestante para
o Desenvolvimento

Caroline-Michaelis-Straße 1
10115 Berlin
Alemanha

Tel. 030 65211 1189, service@brot-fuer-die-welt.de,
www.brot-fuer-die-welt.de

Berlim, novembro de 2014

Redação

Constanze Bandowski, Maike Lukow, Karen Neumeyer,
Thorsten Lichtblau, Thomas Sandner (Resp. de acordo
com a lei de imprensa)

Tradução

Ana Moreno-Bormann

Fotos

C. Aslund/Greenpeace (Pág. 13 em cima),
J. Böthling (Pág. 7, 11, 13, 14), H. Bredehorst (Pág. 3),
Pão para o Mundo (Pág. 11 à esquerda), Davison/
Greenpeace (Pág. 13 à direita), Fotolia (Pág. 12 em baixo),
P. Hejl/Pão para o Mundo (Pág. 5),
F. Kopp (Pág. 12 em cima), T. Lohnes (Pág. 8),
C. Nusch (Pág. 10), C. Pueschner (Foto da capa).

Diagramação

Atelier Sternstein, Maren Witthoeft, Stuttgart

Litografia

Die Druckvorstufe Baun, Fellbach

**Brot für die Welt -
Evangelischer Entwicklungsdienst**

Caroline-Michaelis-Straße 1
10115 Berlin

Tel 030 65211 1189
Mail kontakt@brot-fuer-die-welt.de
www.brot-fuer-die-welt.de