



A MENINA ATIVISTA QUE DESAFIA O PAPA

A MENINA ATIVISTA QUE DESAFIA O PAPA

Consumo consciente nutre uma cultura permanente!



🕒 07.02.2019 14h49



David Avelar

BIÓLOGO DO CENTRO DE ECOLOGIA, EVOLUÇÃO E ALTERAÇÕES AMBIENTAIS DA FACULDADE DE CIÊNCIAS DA UNIVERSIDADE DE LISBOA

Se sentirmos que fazemos parte de uma grande família com um destino comum, numa única casa com limites no espaço e no tempo, percebemos que se queremos ser sustentáveis a nossa pegada ecológica deve respeitar certas fronteiras. Conhecer essas balizas dá-nos o poder e responsabilidade de optarmos por soluções “permanentes”.

FLUXOS ENERGÉTICOS DA TEIA DA VIDA

Se pensarmos na nossa pegada ecológica em termos energéticos, então será toda a energia que extraímos dos diversos sistemas do Planeta Terra, durante a nossa vida. A principal fonte de energia primária da vida, é a solar. Esta é aproveitada pelo ecossistema global, integrando-a e dissipando-a pela teia da vida. Há cerca de 1250 milhões de anos, apareceram os cloroplastos, responsáveis por um fenómeno revolucionário para a vida chamado fotossíntese. Este processo que permite transformar energia solar em energia química (matéria orgânica), tem vindo a seleccionar desde então os padrões que o tornam mais eficiente. Uma visão sistémica dos ecossistemas diz-nos que a evolução tem seleccionado ecossistemas complexos que aumentem a sua biomassa (matéria viva), a sua biodiversidade (diversidade de espécies, indivíduos, genes) e a sua conectividade (relação entre espécies, populações, indivíduos).

Os ecossistemas de que fazemos hoje parte, são então teias complexas de trocas e fluxos de energia que estabelecem relações entre níveis tróficos ou alimentares, através da transformação de energia dos produtores (fotossintetizantes) aos consumidores, fechando o ciclo através dos decompositores. Assim, nós como consumidores da actual cadeia alimentar, podemos e devemos aproveitar este legado que nos é oferecido gratuitamente para ter uma vida de abundância, desde que tomadas as escolhas certas para evitar sermos “decompostos” e colapsar.

O PODER DA ESCOLHA POR UMA DIETA ALIMENTAR CONSCIENTE

Um dos sistemas mais importantes e impactantes é a agricultura. Segundo Poore e Nemecek (2018) esta ocupa cerca de 43% da terra, excluindo zonas geladas e desérticas, responsável por cerca de 30% da emissão de gases com efeito de estufa e tem impactos preocupantes no sistema hídrico onde se estima que 2/3 da água doce extraída seja para irrigação sendo responsável a jusante por 95% da eutrofização dos recursos hídricos. Assim, existe um enorme potencial para nós consumidores mitigarmos os impactos das nossas escolhas. O grande trunfo passa pelas opções da nossa dieta alimentar e o voto diário que damos na escolha dos produtos que compramos.

Os produtos animais em particular são responsáveis pela utilização de mais de 80% da terra agrícola e emissão de mais de 50% dos gases com efeito de estufa do sector, apesar de nos providenciarem pouca energia para vivermos, cerca de 18% das nossas calorias e 37% das proteínas. Ou seja, o consumo destes produtos do ponto de vista energético é pouco eficiente e por isso bastante impactante.



IMPORTÂNCIA DA PROXIMIDADE ENTRE PRODUTORES E CONSUMIDORES

ÚLTIMA HORA



entre os produtores e consumidores naturais, promovendo a conectividade entre organismos e as relações de simbiose. Esta proximidade permite estar consciente da capacidade de carga do sistema. Ou seja, para além da dieta alimentar, a preferência por produtos locais, produzidos na nossa região por projetos que conhecemos, permite-nos não só apoiar a comunidade mais próxima numa troca de energia saudável (dinheiro por comida), como ter consciência das limitações regionais devido aos factores abióticos como o solo e o clima. Em certa medida, as opções da origem e tipo de dieta alimentar interligam-se. Por exemplo, se Portugal quisesse ser autossuficiente em termos de alimentares, a sua população teria de reduzir obrigatoriamente o consumo de carne dado os recursos e território limitados que temos e o seu potencial produtivo.

EXEMPLOS DE SOLUÇÕES INSPIRADORAS

Existem muitos exemplos em Portugal de soluções inspiradoras para uma vida saudável e sustentável, alguns deles mapeados na Rede Convergir (<http://redeconvergir.net>). A agricultura de proximidade é dos melhores exemplos que conheço. Fazer parte de um projeto de agrícola apoiado pela comunidade (CSA, Community-Supported Agriculture) onde os consumidores se organizam e estabelecem uma relação de compromisso com agricultores de confiança, é na minha opinião das acções mais eficazes para fazer parte da solução. A minha experiência de participação no programa CSA da Herdade do Freixo do Meio (www.herdadedofreixodomeio.pt) tem-me ensinado que estes são projetos fundados em princípios éticos de respeito pela natureza, dos direitos humanos universais, de uma economia justa e de uma cultura de paz e sustentabilidade. São projetos que além de promoverem as chamadas cadeias curtas agroalimentares, regeneram o território (aumentando a biodiversidade e a biomassa florestal e do solo), resultando num bom saldo da balança das emissões e sequestro de gases com efeito de estufa, contribuindo assim para o Roteiro nacional para a Neutralidade Carbónica 2050.

Outra experiência pessoal gratificante, é a de participar num projeto de permacultura na Faculdade de Ciências da Universidade de Lisboa, a HortaFCUL, que tenta integrar os padrões e relações encontradas na natureza no planeamento do projeto, neste caso, uma horta comunitária. Com os meus colegas temos percebido que é possível produzir de forma sustentável e produtiva em ambiente urbano, através da promoção da agrobiodiversidade e da economia circular, neste caso integrando a componente da decomposição para fechar o ciclo orgânico, ou seja compostando os resíduos de jardins e alimentares (Ulm, 2019). A aquisição de conhecimento sobre a produção do próprio alimento, o contacto com os ritmos naturais e seu efeito terapêutico e o estabelecimento de relações com pessoas fantásticas têm-me ensinado que o desenvolvimento humano passa primariamente por Ser mais e não Ter mais. Neste caso, ser um consumidor consciente, permite-me contribuir para uma cultura permanente.

David Avelar

Biólogo do Centro de Ecologia, Evolução e Alterações Ambientais da Faculdade de Ciências da Universidade de Lisboa.

Referencias:

Poore, J., & Nemecek, T. (2018). *Reducing food's environmental impacts through producers and consumers*. *Science*, 360(6392), 987-992.

