



EQUIPA

Artur Gregório
Presidente da direção
Agente de Desenvolvimento Local
Antropólogo

Filipa Guerreiro
Nutricionista

SUSTENTABILIDADE

- A sustentabilidade consiste em práticas que permitem garantir os direitos do homem, satisfazendo as necessidades presentes e futuras, sem causar danos irreversíveis no ecossistema e sem comprometer o futuro das gerações vindouras.
- É um conceito multidimensional que engloba a integridade ambiental, o bem-estar social, a resiliência económica e a boa governação.

FAO and WHO, 2019. Sustainable healthy diets - Guiding principles

SUSTENTABILIDADE - FAMÍLIA DAS PEGADAS

Os três indicadores desta família são complementares e permitem analisar os múltiplos aspetos das consequências das atividades humanas sobre o capital natural.

- Pegada Ecológica** - Compara a biocapacidade do planeta com a necessidade de recursos naturais por parte da sociedade.

Global Footprint Network, 2023.

SUSTENTABILIDADE - FAMÍLIA DAS PEGADAS

Os três indicadores desta família são complementares e permitem analisar os múltiplos aspetos das consequências das atividades humanas sobre o capital natural.

- Pegada de Carbono** - Mede as emissões de carbono por uma pessoa, empresa, atividade, evento, organização ou governo.

Global Footprint Network, 2023.

SUSTENTABILIDADE - FAMÍLIA DAS PEGADAS

Os três indicadores desta família são complementares e permitem analisar os múltiplos aspetos das consequências das atividades humanas sobre o capital natural.

- Pegada Hídrica** - Mede e analisa a quantidade de água doce utilizada na produção de bens e serviços, bem como o volume de água consumido por cada indivíduo.

Global Footprint Network, 2023.

SUSTENTABILIDADE

Dia da Sobrecarga da Terra

O planeta entra em défice ecológico e começa a gastar recursos que só deveriam ser utilizados a partir do início do próximo ano.

Alkati. 2022. Dia da Sobrecarga da Terra

SUSTENTABILIDADE

Dia da Sobrecarga de Portugal

7 de maio de 2022

Os portugueses precisam de 2,88 planetas para manter o seu estilo de vida

Global Footprint Network, 2022.

SUSTENTABILIDADE

Calculadora Pegada Ecológica

<http://www.footprintcalculator.org/home/pt>

QUAL É A TUA

Pegada Ecológica?

Quantos planetas seriam precisos se todos vivessem como tu?

Qual é o teu Dia da Sobrecarga da Terra?

Foot print calculator

SUSTENTABILIDADE

Calculadora Pegada Ecológica



Foot print calculator

SISTEMAS ALIMENTARES



Os sistemas alimentares têm um **forte impacto a nível ambiental**.

Dados deste século reportam que a produção alimentar é responsável por:

- Utilizar 40% da superfície terrestre
- Utilizar 70% da água doce do planeta
- 19% a 29% das emissões de gases de efeito de estufa

Tendo em vista o forte impacto dos sistemas alimentares a nível ambiental torna-se premente **promover dietas que sejam não só saudáveis, mas que tenham o menor impacto ambiental possível.**

Laboratório de Nutrição FMUL 2022. Sustentabilidade Alimentar: Da Teoria à Ação

SISTEMAS ALIMENTARES

Como é que a produção de alimentos contribui para as emissões de gases de efeito de estufa?

- Desflorestação, para dar lugar à agricultura e ao gado;
- Metano produzido pelos ruminantes, estrume animal e arrozais
- Combustíveis fósseis no maquinário agrícola
- Produção de fertilizantes
- Transporte de alimentos pelo mundo

Laboratório de Nutrição FMUL 2022. Sustentabilidade Alimentar: Da Teoria à Ação

SISTEMAS ALIMENTARES

Os alimentos responsáveis pela maior à menor emissão de gases com efeito de estufa são:

1. Carne de ruminantes.
2. Carne de porco.
3. Carne de aves.
4. Pesca com arrasto.
5. Aquacultura.
6. Pesca sem arrasto.
7. Vegetais.
8. Ovos.
9. Laticínios.
10. Manteiga.
11. Frutas tropicais.
12. Óleos.
13. Arroz.
14. Fruta da época.
15. Frutos oleaginosos.
16. Trigo e outros cereais.
17. Milho.
18. Raízes.
19. Legumes.



FAO and WHO, 2019. Sustainable healthy diets - Guiding principles

SISTEMAS ALIMENTARES

IMPACTOS DOS ALIMENTOS NO AMBIENTE E NA SAÚDE



WWF, 2023. Bending the Curve: The Restorative Power of Planet-based Diets.

DESPERDÍCIO ALIMENTAR

PERDAS ALIMENTARES VS DESPERDÍCIO

FUSIONS (Food Use for Social Innovation by Optimising Waste Prevention Strategies): iniciativa financiada pela Comissão Europeia para estimular uma melhor utilização de recursos na produção de alimentos e a consequente redução do descarte de alimentos

- Não há diferença entre perda e desperdício.
- O termo "waste" denomina qualquer perda ao longo de toda a cadeia produtiva de alimentos, da colheita até o consumidor.
- Não diferenciam "onde" ou qual ponto da cadeia ocorre.

DESPERDÍCIO ALIMENTAR

PERDAS ALIMENTARES VS DESPERDÍCIO

FAO (Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura), no documento Global food losses and food waste – Extent, causes and prevention.

- Perda e desperdício têm significados distintos.
- Perda refere-se à diminuição da massa disponível de alimentos para o consumo humano nas fases de produção, pós-colheita, armazenamento e transporte.
- Desperdício refere-se às perdas derivadas da decisão de descartar alimentos que ainda têm valor e se associa, principalmente, ao comportamento dos maiores e menores vendedores, serviços de venda de comida e consumidores.
- É uma definição bastante utilizada na literatura e por entidades governamentais: em vários países.

DESPERDÍCIO ALIMENTAR



Food and Agriculture Organization of the United Nations (2021). Food Waste.

DESPERDÍCIO ALIMENTAR

Se o desperdício alimentar fosse um país...



United Nations Environment Programme (2021). Food Waste Index Report 2021.

DESPERDÍCIO ALIMENTAR

Se o desperdício alimentar fosse um país, seria...
3º maior emissor de gases com efeito de estufa



United Nations Environment Programme (2021). Food Waste Index Report 2021.

DESPERDÍCIO ALIMENTAR

Gera três vezes mais emissões de gases com efeito de estufa do que a extração de petróleo



Gera o equivalente a 25% da poluição automóvel



Polui quatro vezes mais do que todos os voos da aviação comercial.

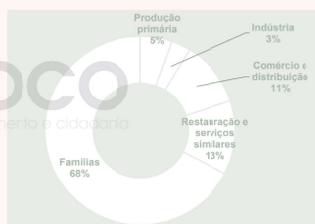


United Nations Environment Programme (2021). Food Waste Index Report 2021.

DESPERDÍCIO ALIMENTAR



Em Portugal o desperdício alimentar gerado em 2020 atingiu os **183,5 kg/hab**, correspondente a **1,9 milhões de toneladas**.



Instituto Nacional de Estatística (2022). Desperdício alimentar: resultados e previsões.

DESPERDÍCIO ALIMENTAR

Deitar fora alimentos desperdiça toda a energia, água e recursos necessários para a cultivar, enviar e vender...



Compramos demasiado, compramos mal, utilizamos mal, deixamos estragar.

DIETAS SAUDÁVEIS E SUSTENTÁVEIS



Segundo a Organização para a Alimentação e Agricultura e a Organização Mundial da Saúde uma dieta saudável e sustentável é definida como um padrão alimentar que promove todas as dimensões da saúde e do bem-estar do indivíduo, determina uma baixa pressão e impacto ambiental, é acessível, segura, equitativa e aceita culturalmente.

FAO and WHO, 2019. Sustainable healthy diets - Guiding principles

DIETAS SAUDÁVEIS E SUSTENTÁVEIS

Os três pilares da Sustentabilidade Alimentar



Food facts for healthy choices. 3 pillars of sustainable food systems.

DIETAS SAUDÁVEIS E SUSTENTÁVEIS

- Fomentar um crescimento e desenvolvimento adequados de todos os indivíduos, em todas as fases da vida para as gerações presentes e futuras;
- Contribuir para a prevenção de todas as formas de malnutrição (ou seja subnutrição, deficiência de micronutrientes, excesso de peso e obesidade);
- Reduzir o risco de doenças crônicas não transmissíveis relacionados com os hábitos alimentares;
- Contribuir para a preservação da biodiversidade e planetária saúde.

FAO and WHO, 2019. Sustainable healthy diets - Guiding principles

DIETAS SAUDÁVEIS E SUSTENTÁVEIS

QUAL SERÁ O MELHOR PADRÃO ALIMENTAR QUE SEJA SAUDÁVEL E SUSTENTÁVEL???

desenvolvimento e cidadania



DIETAS SAUDÁVEIS E SUSTENTÁVEIS

O regime alimentar perfeito para a saúde do Planeta seria uma dieta

- baseada em vegetais, frutas, grãos integrais, leguminosas, frutos oleaginosos e óleos insaturados
- com inclusão de uma quantidade baixa a moderada de marisco e aves.
- com ingestão nula ou muito baixa de carne vermelha, carne processada, açúcar adicionado, grãos refinados e vegetais ricos em amido.

Lancet., 2019. Food in the Anthropocene: the EAT-lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems.

DIETAS SAUDÁVEIS E SUSTENTÁVEIS

É irrealista, impraticável e inatingível para milhões de pessoas a nível mundial.

É fundamental adaptar a realidade de cada país ou região. Assim como é de extrema importância haver um esforço coletivo e não apenas individual.

Lancet., 2019. Food in the Anthropocene: the EAT-lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems.

DIETA MEDITERRÂNICA



Rede da Alimentação Mediterrânica (Copyright) Universidade do Porto, Direção Geral do Consumidor e Direção Geral de Saúde

“A Alimentação Mediterrânica representa um estilo de vida que contempla um modelo alimentar saudável, com recurso a práticas sustentáveis, amigas ao ambiente, que protegem os meios rurais de subsistência e melhoram a equidade e o bem-estar social. Trata-se de uma alimentação acessível a todos, economicamente justa e que preserva a cultura dos povos.”

Associação Portuguesa de Nutrição, 2017

DIETA MEDITERRÂNICA

É muito mais do que uma dieta e do que simples orientações dietéticas, o Estilo de Vida Mediterrânico é uma cultura milenar, um estilo de vida que tem associado um sistema alimentar com características próprias e que faz parte do património cultural de países envolvidos e/ou influenciados pelo Mar Mediterrâneo, tais como

Espanha | Itália | Grécia | Marrocos | Chipre | Croácia | Portugal ...



United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization

4 Dezembro 2013
Candidatura Portugal
Dieta Mediterrânica:
Património Imaterial da UNESCO

Identidade cultural: contempla conhecimentos, saberes-fazer, técnicas, celebrações, costumes, símbolos e tradições, alimentos e produtos típicos, receitas e formas de cozinhar.

Associação Portuguesa de Nutrição, 2017

DIETA MEDITERRÂNICA

A estratégia de sobrevivência dos que pouco têm!



Um estilo de vida com expressões em vários níveis: cultural, social, económico, territorial... É o oposto de uma "check-list"
Dinâmico e diverso, com muitas variações locais e alguns elementos-chave transversais:

DIETA MEDITERRÂNICA

A estratégia de sobrevivência dos que pouco têm!



Gênese popular: autossuficiência e sobrevivência das pequenas comunidades locais (rurais, litorais e de montanha) e dos seus atores;
Implica um grande respeito pelos recursos naturais do Mediterrâneo e salvaguarda a sua sustentabilidade

DIETA MEDITERRÂNICA

A estratégia de sobrevivência dos que pouco têm!



Marcado por uma estreita ligação entre os ciclos agrícolas do Mediterrâneo e as dinâmicas costeiras; Caracterizado por um profundo conhecimento dos recursos e do ambiente terrestre e marinho; Condicionado por verões longos e secos e invernos tempestuosos;

DIETA MEDITERRÂNICA

A estratégia de sobrevivência dos que pouco têm!



Limitado pela falta de solos férteis e de recursos marinhos limitados; Evoluiu a partir da antiga tradição de intercâmbio comercial; Marcado pelas antigas influências culturais recíprocas em ambos os lados do Mediterrâneo

DIETA MEDITERRÂNICA

A estratégia de sobrevivência dos que pouco têm!



Suportado em valores fortes: Camaradagem, Família, Honra e Vergonha, Hospitalidade, Convivência em torno da comida, Tolerância. A cultura alimentar - a gastronomia - desempenha um papel de "facto social total". Integra um sistema alimentar reconhecido pela OMS como sendo de excepcional qualidade:

INTERVALO



Voltamos já - por favor não saia da sessão

DIETA MEDITERRÂNICA



É a mais estudada enquanto dieta alimentar e aquela para a qual existe mais dados.

Pelo 6º ano consecutivo, venceu um prémio como sendo a melhor do Mundo.

É o sistema alimentar promovido pela Direção-Geral da Saúde.

Associação Portuguesa de Nutrição, 2017

DIETA MEDITERRÂNICA



- Qualidade de vida (proporciona vitalidade e energia)
- Controlo do peso (prevenção de excesso de peso e obesidade)
- Níveis estáveis de glicémia e de pressão arterial;
- Menor incidência de doenças coronárias e cardiovasculares;
- Menor incidência de diversos tipos de cancro;
- Melhor qualidade de sono;
- Maior longevidade

DIETA MEDITERRÂNICA



Interações biológicas entre diversos compostos químicos presentes nos alimentos, mais do que o efeito isolado de um único alimento ou grupo de alimentos

Estilo de vida saudável: a prática de exercício físico, o apoio e partilha entre membros da comunidade e atribuição do tempo necessário para as refeições e descanso



ALIMENTAÇÃO MEDITERRÂNICA



FRUGALIDADE E COZINHA SIMPLES QUE TEM NA SUA BASE PREPARADOS QUE PROTEGEM OS NUTRIENTES



SOPAS



COZIDOS



ENSOPADOS



CALDEIRADAS

FRUGALIDADE E COZINHA SIMPLES QUE TEM NA SUA BASE PREPARADOS QUE PROTEGEM OS NUTRIENTES



A frugalidade, princípio que se define pela moderação e simplicidade no consumo de alimentos, apoia o não-desperdício e a moderação nas porções, contribuindo, desta forma para a sustentabilidade.

CONSUMO ABUNDANTE E PREFERENCIAL DE PRODUTOS VEGETAIS



HORTÍCOLAS



CEREAIS POUCO REFINADOS



FRUTA



LEGUMINOSAS



FRUTOS OLEAGINOSOS

Fonte de vitaminas, minerais e fibra!

CONSUMO ABUNDANTE E PREFERENCIAL DE PRODUTOS VEGETAIS



IMPACTO AMBIENTAL
MENOR EMISSÃO DE GASES DE EFEITO DE ESTUFA, BEM COMO UMA REDUÇÃO DOS RECURSOS UTILIZADOS (ENERGIA, ÁGUA, ETC.)

CONSUMO ABUNDANTE E PREFERENCIAL DE PRODUTOS VEGETAIS



Estes grupos de alimentos ocupam grande parte da roda dos alimentos e é esta proporção (origem vegetal: origem animal) que justifica em parte que a Dieta Mediterrânica seja saudável e sustentável.

CONSUMO DE PRODUTOS VEGETAIS, LOCAIS E DA ÉPOCA

- ❄️ (-) energia necessária para a cadeia de frio
- 🚚 (-) poluição atmosférica pelo transporte
- 📦 (-) perdas durante a distribuição

♥️ (+) nutritivos, colhidos no seu estado de maturação ideal e menos exposição a pesticidas

€ (+) económicos

CONSUMO DE AZEITE COMO PRINCIPAL GORDURA



Vitamina E, carotenoides e compostos fenólicos
Efeito antioxidante
Saúde cardiovascular

GORDURA SATURADA | GORDURA MONOINSATURADA | GORDURA POLINSATURADA | GORDURA TRANS

CONSUMO DE AZEITE COMO PRINCIPAL GORDURA



Preferir azeite de produção nacional

Armazenar o azeite num local com pouca luminosidade e bem vedado, de modo a evitar a sua oxidação e rancificação.

CONSUMO MODERADO DE LACTICÍNIOS



LEITE



IOGURTE



QUEIJO

Fonte de proteína, cálcio, fósforo, magnésio, zinco, vitaminas ADEK

CONSUMO MODERADO DE LACTICÍNIOS



- Preferir leite de produção nacional
- Optar preferencialmente por leite em embalagens de 1L, normalmente são mais baratos do que os pacotes individuais (200ml)
- Escolher embalagens de iogurtes maiores (ex: 500g ou 1 kg)
- Escolher queijo inteiro ou solicitar que seja fatiado ao balcão em vez do queijo já fatiado e emalado

UTILIZAÇÃO DE ERVAS AROMÁTICAS PARA TEMPERAR EM VEZ DO SAL



40% NaCl 60%

1G DE SAL = 400MG DE SÓDIO



CONSUMO FREQUENTE DE PESCADO E BAIXO DE CARNES VERMELHAS



Consumir, pelo menos, três vezes por semana...



... reduzindo substancialmente o consumo de carnes vermelhas e processadas!

Optar preferencialmente por carnes brancas!

CONSUMO FREQUENTE DE PESCADO E BAIXO DE CARNES VERMELHAS



- Respeitar a sazonalidade de cada uma das espécies de pescado
- Preferir comprar peixes que não foram capturados por arrasto e dar preferência à aquicultura tradicional parece reduzir significativamente as emissões de gases com efeito de estufa.
- Preferir carne de origem nacional
- Reduzir a ingestão de carne de ruminantes

ÁGUA COMO PRINCIPAL BEBIDA AO LONGO DO DIA



Função estrutural e amolecadora

Transporte de nutrientes e hormonas do intestino

Funções metabólicas

Digestão e absorção

Funcionamento do intestino

Manutenção da temperatura

Principal componente do sangue

Componente dos fluidos

ÁGUA

CALORIAS
AÇÚCAR
ADITIVOS

De manhã: 1 garrafa de 0,5L
Ao almoço: 1 copo de 0,250L
De tarde: 2 garrafas de 0,5 L
Ao jantar: 1 copo de 0,250L

ÁGUA COMO PRINCIPAL BEBIDA AO LONGO DO DIA



A ÁGUA DA REDE PÚBLICA É DE BOA QUALIDADE CONFIE!

UM CONSELHO DA DIREÇÃO-GERAL DA SAÚDE



➤ É uma opção mais económica, é prática e, claro, é boa para o ambiente.

CONSUMO BAIXO A MODERADO DE VINHO E APENAS ÀS REFEIÇÕES PRINCIPAIS



CONVIVALIDADE À VOLTA DA MESA



Partilhar Refeições – Partilhar Tradições

Dedicar algum do tempo à confeção dos alimentos e à partilha de refeições com família e amigos.

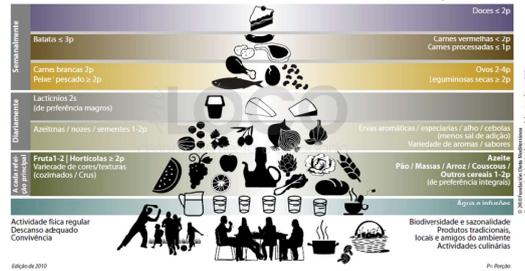


DIETA MEDITERRÂNICA

A Pirâmide da Dieta Mediterrânica: um estilo de vida para os dias de hoje

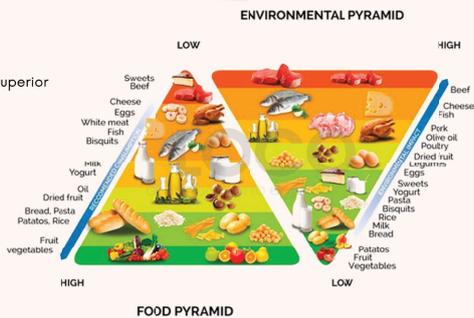
Recomendações para a população adulta

Porções de alimentos baseadas na frugalidade e nos hábitos locais com as crenças sociais



PIRÂMIDE AMBIENTAL

- Evitar
- Moderar
- Consumo superior



INTERVALO



Voltamos já - por favor não saia da sessão



HÁBITOS ALIMENTARES EM PORTUGAL

CONSUMO ALIMENTAR

56% tem consumo de hortofrutícolas inferior a 400g/dia

72% nas crianças e 78% nos adolescentes

24% portugueses têm uma ingestão de açúcares livres superior a 10% VET

41% nas crianças e 49% nos adolescentes

41% adolescentes têm um consumo diário de refrigerantes

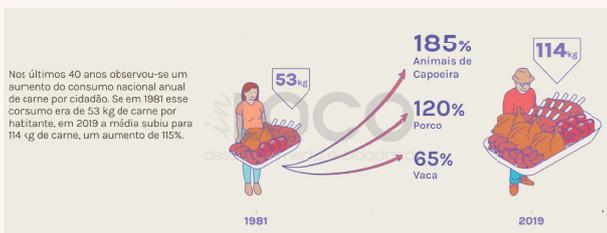
24% contribuído dos alimentos ultraprocessados para a ingestão energética diária total

77% portugueses têm uma ingestão de sal superior a 5g/dia

29% contribuído dos alimentos que não constam na Roda dos Alimentos

Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável 2022-2030, 2022

HÁBITOS ALIMENTARES EM PORTUGAL



ANP/WWF. Guia de consumo de proteína em Portugal. 2023

HÁBITOS ALIMENTARES EM PORTUGAL



ANP/WWF. Guia de consumo de proteína em Portugal. 2023

DIETA MEDITERRÂNICA EM PORTUGAL



Gregório, M.J, Sousa S, Chkoniya V, Graça P. Estudo de adesão ao padrão alimentar mediterrânico. 2020

DIETA MEDITERRÂNICA EM PORTUGAL

Quais os alimentos onde é mais difícil atingir as recomendações?



Gregório, M.J, Sousa S, Chkoniya V, Graça P. Estudo de adesão ao padrão alimentar mediterrânico. 2020

SOLUÇÕES?

SÃO NECESSÁRIAS AÇÕES PARA:



SOLUÇÕES?

EDUCAÇÃO ALIMENTAR

SENSIBILIZAR E CAPACITAR

“... conjunto de experiências de aprendizagem com o objetivo de facilitar, de forma voluntária, a adoção de comportamentos alimentares saudáveis e outros relacionados com a alimentação/nutrição propícios para a saúde e bem-estar.”

Aumentar o conhecimento e competências dos cidadãos para fazerem escolhas alimentares saudáveis e sustentáveis

SOLUÇÕES?

MEDIDAS PARA UMA ALIMENTAÇÃO MAIS SAUDÁVEL E SUSTENTÁVEL

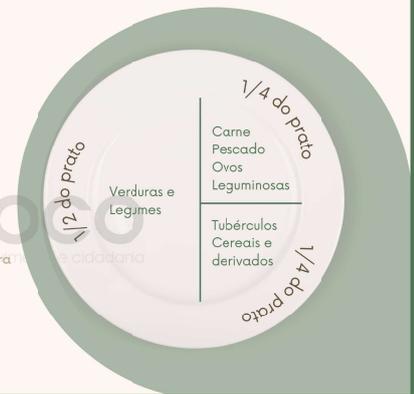


SOLUÇÕES?

REFEIÇÕES EQUILIBRADAS:

1 Sopa + 1 Prato equilibrado + 1 Fruta

A refeição deve incluir uma boa fonte de gordura saudável (ex: azeite) e água como bebida.



SOLUÇÕES?



SOLUÇÕES?



SOLUÇÕES?



SOLUÇÕES?



SOLUÇÕES?



SOLUÇÕES?



BEM-ESTAR ANIMAL

- 1 – boa nutrição;
- 2 – bons comportamentos;
- 3 – boa saúde;
- 4 – bom ambiente
- 5 – bons estados mentais.



1. Liberdade de fome e sede: O acesso regular a água fresca e comida adequada é essencial para manter a saúde e o bem-estar dos animais.
2. Liberdade de desconforto: Os animais devem ter condições de vida adequadas, como abrigos confortáveis, temperatura adequada e espaço suficiente para se movimentar.
3. Liberdade de dor, lesão e doença: Os animais devem ser protegidos contra lesões, doenças e condições que possam causar dor ou sofrimento.
4. Liberdade para expressar comportamentos naturais: Os animais devem ser capazes de expressar comportamentos naturais, movimentar-se livremente, socializar e explorar o ambiente.
5. Liberdade de medo e stress: Os animais devem ser protegidos contra situações que possam causar medo ou stress, como situações de confinamento ou abuso.

Princípios fundamentais do Bem-Estar Animal

BEM-ESTAR ANIMAL



Três pilares de BEA

- > Funcionamento orgânico
- Reduzido se a função orgânica estiver comprometida (ex: lesões, patologias).
- > Experiências emocionais
- Intimamente relacionadas com a interação com o Ser Humano.
- > Natureza dos animais
- Capacidade de levar a cabo o seu comportamento natural
- Necessitam de determinadas características do meio ambiente para expressar o seu comportamento natural.

Cinco "Liberdades"

1. Não sentir sede e/ou fome
2. Não sentir desconforto térmico e/ou físico
3. Não sofrer lesões e/ou doenças
4. Manifestar os padrões comportamentais normais
5. Não sentir medo ou angústia

SANIDADE VEGETAL

Princípios fundamentais da Sanidade Vegetal

Os princípios fundamentais da sanidade vegetal são um conjunto de medidas e estratégias que visam prevenir, controlar e erradicar doenças e pragas que afetam as plantas. Esses princípios são essenciais para garantir a segurança alimentar, proteger o meio ambiente e promover a produção agrícola sustentável.

Alguns dos princípios fundamentais da sanidade vegetal incluem:

- **Prevenção:** a prevenção é a base da sanidade vegetal. É essencial tomar medidas preventivas para evitar a introdução e a disseminação de doenças e pragas nas plantas. Isso inclui a implementação de medidas de biosegurança, como a inspeção fitossanitária, a quarantena de plantas e a utilização de sementes e mudas de qualidade.
- **Monitorização:** é importante monitorizar as plantas regularmente para detectar precocemente a presença de doenças e pragas. Isso permite que sejam tomadas medidas preventivas e de controlo o mais cedo possível.

SANIDADE VEGETAL

Princípios fundamentais da Sanidade Vegetal

- **Controlo:** o controlo de doenças e pragas é essencial para evitar perdas na produção agrícola. Existem diversas estratégias de controlo, que incluem o uso de produtos químicos, biológicos e físicos.
- **Maneio integrado de pragas:** o manejo integrado de pragas é uma abordagem que busca combinar diferentes estratégias de controlo, de forma a minimizar o uso de produtos químicos e promover a sustentabilidade na produção agrícola.
- **Educação:** a educação é fundamental para disseminar conhecimento sobre sanidade vegetal e promover práticas adequadas de manejo de plantas.
- **Cooperação internacional:** a cooperação internacional é essencial para prevenir a introdução e a disseminação de doenças e pragas em diferentes países. Isso inclui o compartilhamento de informações, tecnologias e recursos para aprimorar a sanidade vegetal em escala global.

SANIDADE VEGETAL

A importância da sanidade vegetal para a vida na Terra foi reconhecida pela Organização das Nações Unidas com a proclamação do ano 2020 como o Ano Internacional da Sanidade Vegetal, sob o lema «Proteger as Plantas, Proteger a Vida». O movimento de bens e pessoas a nível global contribui para a dispersão de doenças e pragas, com efeitos devastadores na produção agrícola, nas florestas e nos ambientes naturais.

desenvolvimento e cidadania

Em Portugal, a Direção Geral de Alimentação e Veterinária, enquanto Autoridade Fitossanitária Nacional, é a entidade responsável pela aplicação da regulamentação de controlo fitossanitário, definindo e coordenando várias medidas de prevenção, controlo e erradicação de pragas e doenças das plantas no nosso território.

DÚVIDAS, COMENTÁRIOS, REFLEXÕES...



ENQUANTO NÃO
MUDAR AQUI

E APLICAR AQUI



NADA MUDARÁ AQUI

PARAR, PENSAR, MUDAR



artur.gregorio@in-loco.pt

filipa.guereiros@in-loco.pt