

## FICHA DE FORMAÇÃO

### 01. CONCEITO DE CR APLICADO À ALIMENTAÇÃO

<i>Área</i>	Alimentação										
<i>Nível</i>	BÁSICO										
<i>Tópico</i>	<table border="1"> <tr> <td><i>x</i></td> <td><i>1. Conceito de CR aplicado à alimentação</i></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> </tr> </table>	<i>x</i>	<i>1. Conceito de CR aplicado à alimentação</i>								
<i>x</i>	<i>1. Conceito de CR aplicado à alimentação</i>										
<i>Módulo</i>	<table border="1"> <tr> <td><i>x</i></td> <td><i>Consumo responsável na alimentação</i></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> </tr> </table>	<i>x</i>	<i>Consumo responsável na alimentação</i>								
<i>x</i>	<i>Consumo responsável na alimentação</i>										
<b>Palavras-chave</b>	Consumo responsável de alimentos - Alimentação saudável - Sustentabilidade - Consumo ético - Alimentação saudável - Alimentação sustentável - Desperdício alimentar										
<b>Introdução</b>	<p>O consumo responsável é um modelo comportamental que analisa o impacto ambiental e de justiça social do consumo quotidiano e das escolhas de compra.</p> <p>Em termos de alimentação, um “consumidor responsável” privilegia produtos que sejam bons para o planeta e apoia produtores que cumpram certas normas e padrões morais. Um “consumidor responsável” compra produtos e serviços não apenas</p>										

	<p>com base em critérios económicos, mas através da consideração de uma série de fatores como:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Alimentos saudáveis e de qualidade</li><li>• A pegada ambiental dos processos de produção e distribuição</li><li>• As condições de trabalho e pagamento</li><li>• Os materiais de embalagem</li><li>• Qual o tipo de produção do alimento</li></ul>
<b>Desenvolvimento do tópico</b>	<p>Entre outras coisas, o consumo responsável diz respeito ao uso de um determinado produto durante todo o seu ciclo de vida. No que diz respeito à alimentação, o consumidor responsável é aquele que compra com consciência e visão crítica, ponderando o que realmente necessita e pode consumir, e procurando desperdiçar o mínimo possível de recursos e utilizá-los de forma eficaz.</p> <p>Os consumidores responsáveis sabem que o consumo ou compra de um produto ou serviço tem sempre consequências mais ou menos ocultas. De facto, o sistema de produção de alimentos e as nossas escolhas de compra e consumo afetam não só a comunidade, a economia da nossa sociedade e o meio ambiente, como também a nós próprios.</p> <p>Em particular, a produção de alimentos é um dos setores mais prejudiciais para o meio ambiente e a alimentação é uma grande preocupação global. A produção intensiva e o excesso do processamento de alimentos são responsáveis pela emissão de grandes quantidades de CO<sub>2</sub>. As escolhas que fazemos em relação à produção e consumo de alimentos impactam o clima, o uso de água e terra, e a capacidade das pessoas de se alimentarem, viverem e trabalharem com dignidade aqui e no exterior.</p> <p>O consumo e a produção responsáveis e sustentáveis podem contribuir substancialmente para a redução da pobreza e a transição para economias verdes, de baixo carbono e circulares.</p> <p>O consumo responsável é também um consumo sustentável e ecológico, ético e socialmente justo. Um consumo mais consciente e responsável, através da compra de produtos produzidos de forma sustentável, pode mudar os padrões de produção para que sejam</p>

	<p>gerados menos resíduos, não sejam depositadas substâncias nocivas ou tóxicas no meio ambiente e a biodiversidade do planeta não seja reduzida. Comprar com ética, por outro lado, significa evitar comprar produtos de grandes multinacionais e encurtar ao máximo a distância entre produtor e consumidor, para ter certeza de que sabemos exatamente onde e como os alimentos que compramos foram produzidos e em que condições as pessoas trabalharam neste processo de produção. Cada vez que compramos um produto, estamos a financiar a realidade por detrás dele. Financiar o pequeno agricultor ou o pescador local, ao invés de grandes empresas já economicamente solidificadas, significa participar num processo de redistribuição da riqueza para uma economia do bem comum.</p>
<b>Boas práticas</b>	<p>Um dos pilares do consumo responsável aplicado aos alimentos é evitar o desperdício de alimentos. Existem várias aplicações que combatem o desperdício alimentar, ligando facilmente os consumidores a comerciantes e restauradores e permitindo-lhes vender produtos alimentares a um preço mais baixo antes que se estraguem e tenham de ser deitados fora ou até mesmo produtos com defeitos estéticos.</p> <p>O mais famoso é definitivamente o <a href="#">Too Good To Go</a>, onde pode comprar caixas de produtos alimentícios não vendidos e quase vencidos em supermercados, mercearias, restaurantes, bares, padarias, etc.</p> <p>Com o <a href="#">Regusto</a>, além de vender esses produtos a um preço baixo, também tem a oportunidade de doá-los a organizações e associações sem fins lucrativos.</p> <p>Um aplicativo um pouco diferente dos anteriores é o UBO (<a href="#">Una Buona Occasione</a>). Este aplicativo diminui o desperdício de alimentos ajudando o consumidor confuso e incerto no armazenamento adequado de alimentos: no UBO há 500 alimentos, notícias, dicas e conselhos sobre como, onde e por quanto tempo podemos armazenar os alimentos.</p> <p>Outra marca comprometida com a produção sustentável e responsável de alimentos é a Beyond meat. A Beyond Meat vende hambúrgueres, carne moída, almôndegas e linguiças vegetais com sabor</p>

	<p>incrivelmente semelhante ao da carne. Alimentos à base de plantas não só protegem e promovem o bem-estar dos animais, como também promovem o bem-estar dos seres humanos e do meio ambiente. Estes produtos são uma excelente fonte de proteína sem colesterol e a sua produção requer muito menos água, terra e energia do que os tradicionais hambúrgueres de carne e tem 90% menos emissões de gases.</p>
<b>Desafios atuais e futuros</b>	<p>Muitos fabricantes estão a priorizar a sustentabilidade no processo de produção e distribuição de produtos, adaptando-se à crescente preocupação dos consumidores com o tema. Um dos maiores desafios prende-se com as embalagens: nos supermercados, mas também nas lojas, estamos habituados à hiperplastificação de todas as embalagens. Algumas marcas começam a usar papel ou outros materiais mais sustentáveis, mas a melhor escolha é sem dúvida nenhuma embalagem, sempre que possível. O plástico, no entanto, é extremamente conveniente e ajuda a preservar muitos tipos de alimentos. Além do facto de que comprar a granel pode parecer particularmente inconveniente, principalmente no início.</p> <p>Quando se trata do próprio alimento, porém, um dos maiores problemas é a falta de informação por parte do consumidor. Nem todos os consumidores estão habituados a ler o rótulo com precisão para entender qual é o produto que estão a comprar e de onde vem. Mesmo quando o consumidor quer ter um comportamento responsável, nem sempre é fácil entender que produtos são sustentáveis e éticos e quais não são. Ao longo do tempo, foram criadas diversas certificações, que podem ser encontradas nos rótulos dos produtos, garantindo a sustentabilidade e qualidade do produto, condições de trabalho seguras e éticas, a responsabilidade social da empresa, etc. Os consumidores devem pelo menos estar cientes do que tal certificação implica e que tipo de requisitos o produto e a empresa devem cumprir para conquistá-la.</p>
<i>Língua</i>	<i>Português</i>
<i>Parceiro</i>	IWS

Outras referências

<https://www.economiecirculaire.org/static/h/responsible-consumption.html>

<http://suscof.com/wp-content/uploads/2020/03/WP4-M5-THE-NEEDS-ANALYSIS.pdf>

<https://www.un.org/sustainabledevelopment/sustainable-consumption-production/>

<https://www.eatresponsibly.eu/en/>