

Info_Obha

ano_2 número_8 junho_de_2021

Parceria entre o
Observatório Brasileiro
de Hábitos Alimentares
e instituições do
território do Distrito
Federal no Ano
Internacional de Frutas,
Legumes e Verduras

Hoje, o Brasil e mundo enfrentam grandes vulnerabilidades, fome e insegurança alimentar, agravadas pela Covid-19. A pandemia trouxe a discussão mundial de como aumentar o consumo de produtos frescos e saudáveis na alimentação pela sua importância no fortalecimento da imunidade, na promoção da saúde, na diminuição dos riscos de doenças e para a garantia de uma alimentação adequada e saudável para todos. Nessa direção, o incentivo à alimentação saudável e o consumo de Frutas Legumes e Verduras (FLV) está em plena sintonia com a premente necessidade do combate à Fome e com o Direito Humano a uma Alimentação Adequada (DHAA).

A Assembleia Geral das Nações Unidas designou [2021 o Ano Internacional das FLV](#), visando aumentar a conscientização sobre os seus benefícios para a saúde, para promover dietas e estilos de vida diversificados, equilibrados e saudáveis e a redução de perdas e desperdícios.

A baixa ingestão de FLV está entre os 10 principais fatores de risco que contribuem para mortalidade no mundo. Estima-se que mais de 2,7 milhões de vidas poderiam ser salvas anualmente em todo o mundo, se o [consumo de FLV fosse adequado \(400 gramas/dia\)](#).

Os sistemas alimentares dos quais dependemos hoje enfrentam múltiplas ameaças ambientais, sociais e econômicas

As FLV, como parte da alimentação diária, além de fortalecer a imunidade, poderiam ajudar a prevenir as principais doenças crônicas não-transmissíveis (DCNT) como as doenças cardiovasculares e os diversos tipos de câncer. Comer uma variedade de FLV garante, seguramente, uma adequada ingestão da maior parte dos micronutrientes, fibras e uma gama de fatores nutricionalmente essenciais. Além disso, o aumento do consumo de FLV pode ajudar a substituir alimentos que possuem altas concentrações de gorduras saturadas, açúcar e sal e a [tornar a alimentação mais variada e diversificada](#).

Os sistemas alimentares dos quais dependemos hoje enfrentam múltiplas ameaças ambientais, sociais e econômicas interdependentes, que impactam negativamente na comida que colocamos no nosso prato.

Enquanto milhões de pessoas no mundo não tem nada para comer, outros comem mal e demais. No Brasil, dados do IBGE publicados em set/2020 mostram que a Insegurança Alimentar Grave em 2018/2019 atingiu 40,1% das áreas rurais e 23,3% das áreas urbanas. Em 2019, 30% dos brasileiros não tinham dinheiro para comprar alimentos e esse quadro vem piorando drasticamente como consequência da pandemia.

Neste contexto, em que a insegurança alimentar e nutricional se faz presente no país, o Observatório Brasileiro de Hábitos Alimentares (OBHA) acolhe a temática de FLV e sua relação com a garantia do DHAA como eixo condutor de seus trabalhos em 2021. Para a aproximação entre a ciência e o cidadão, o OBHA se insere nos territórios para tecer novas relações e permitir que sejam experimentadas e criadas novas tecnologias e conhecimento para transformação da qualidade de vida da população.

Nasce, então, uma parceria entre o OBHA e instituições governamentais do DF e não governamentais para o desenvolvimento um trabalho conjunto para o incentivo ao consumo de FLV como garantia do DHAA. A execução dos projetos será compartilhada nos canais do OBHA (site e facebook), nos próximos meses, por meio da linha editorial do observatório.

**Esperamos que gostem da
produção e que ela faça sentido
pra vocês que nos acompanham
nos canais do OBHA**



Ano Internacional das
Frutas Legumes e Verduras

2021

Info_Obha

ano 2 | número 8 | junho de 2021

**Observatório Brasileiro de Hábitos Alimentares
Programa de Alimentação, Nutrição e Cultura (Palin)**

Direção de arte

Fábio Lucas Vieira

Equipe Editorial

Denise Oliveira e Silva

Érica Ell

Juliana Ubarana

Danielle Cabrini

Tatiana Novais

Cássia Pereira das Chagas

Contato

www.obha.fiocruz.br | obha@fiocruz.br | facebook.com/obha.fiocruz

Os textos assinados são de inteira responsabilidade de seus autores

Copyright © Obha 2021

Fundação Oswaldo Cruz

Avenida L3 Norte, s/n, Campus Universitário Darcy Ribeiro, Gleba A

CEP: 70.904-130 - Brasília - DF