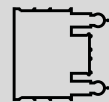


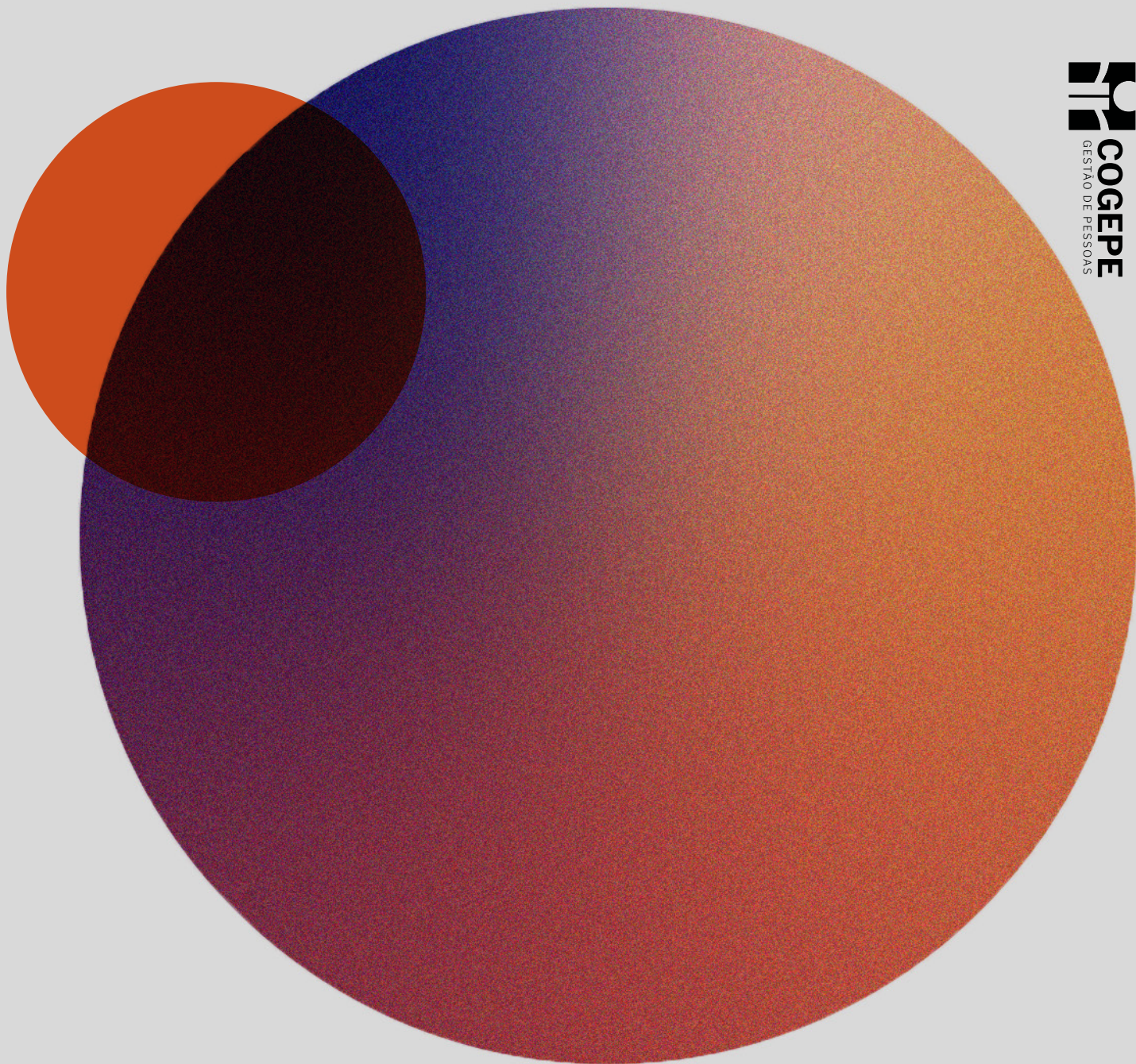
# FEED NASA



Ministério da Saúde  
FIOCRUZ  
Fundação Oswaldo Cruz



COGEPE  
GESTÃO DE PESSOAS



**#04**

DEZEMBRO/2021

# INSEGURANÇA ALIMENTAR: UMA PROBLEMÁTICA MUNDIAL

Um dos marcos do ano de 2021 foi o retorno do Brasil ao mapa da fome. De acordo com o Inquérito Nacional sobre Insegurança Alimentar no Contexto da Pandemia da Covid-19 (2020), mais da metade da população brasileira está nessa situação, nos mais variados níveis: leve, moderado ou grave. A insegurança alimentar é caracterizada pela dificuldade de acesso pleno e permanente aos alimentos.

O aumento generalizado dos preços neste momento ameaça tornar ainda mais dramática a situação de populações mundo afora, dentre os quais os trabalhadores brasileiros.

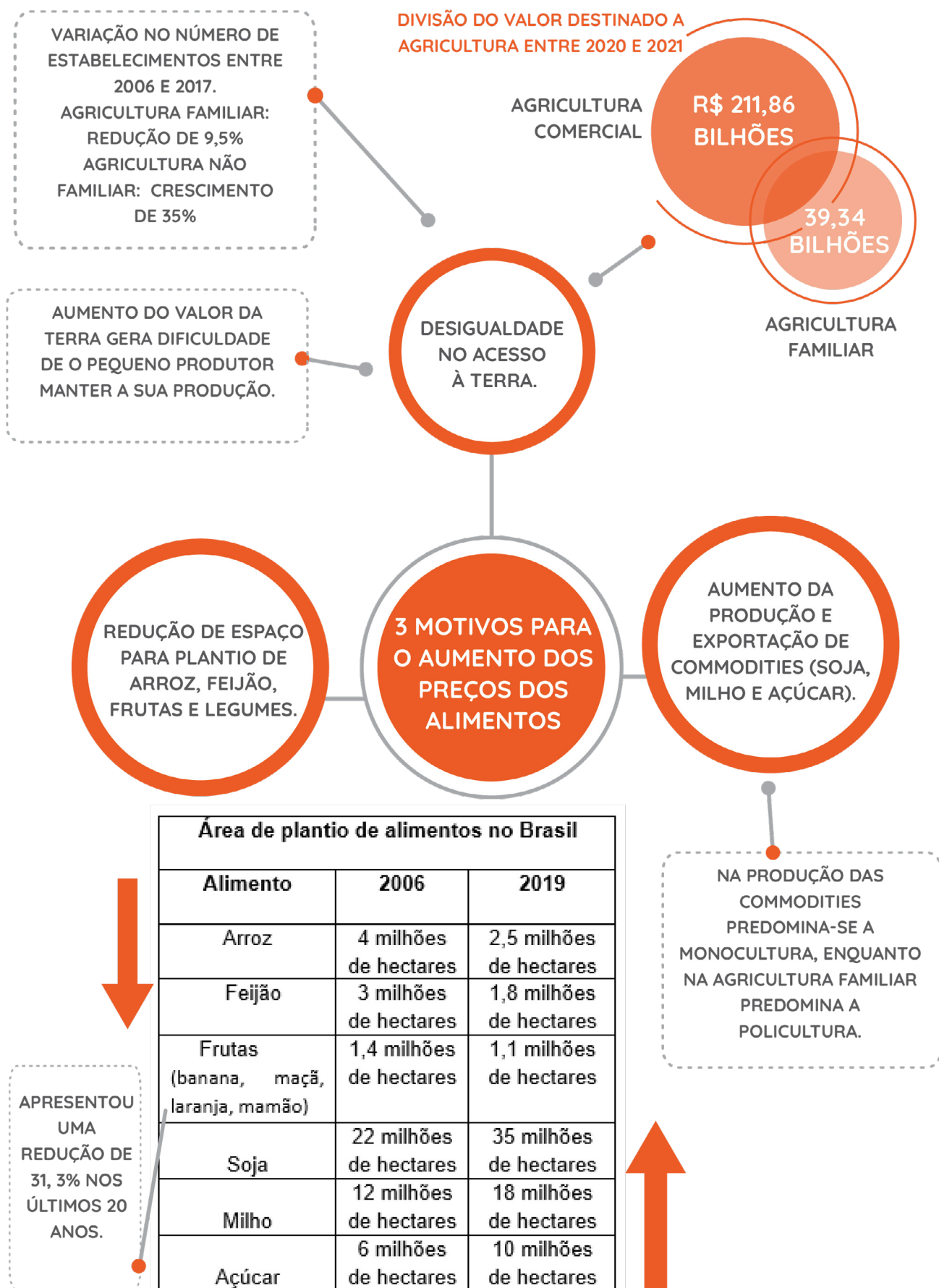
Mas por que os preços de alimentos estão subindo tanto?



O aumento da exportação dos alimentos e os incentivos dados ao grande latifúndio provocou uma verdadeira especulação no valor da terra, contribuindo para as mudanças nas características da agricultura do país, aumentando as dificuldades do pequeno produtor de alimentos de manter a sua produção e reduzindo o plantio dos alimentos mais consumidos pela população brasileira, como o arroz e o feijão, visando ao plantio para a exportação das commodities (soja, milho e açúcar).

**É IMPORTANTE SABER QUE A PRODUÇÃO DE ALIMENTOS QUE CHEGAM À MESA DOS TRABALHADORES BRASILEIROS PROVÉM DA AGRICULTURA FAMILIAR EM 70%.**

• **DESTA FORMA, VAMOS FALAR DE ALGUNS DOS MOTIVOS PARA O AUMENTO DOS PREÇOS DOS ALIMENTOS.**



Área de plantio de alimentos no Brasil		
Alimento	2006	2019
Arroz	4 milhões de hectares	2,5 milhões de hectares
Feijão	3 milhões de hectares	1,8 milhões de hectares
Frutas (banana, maçã, laranja, mamão)	1,4 milhões de hectares	1,1 milhões de hectares
Soja	22 milhões de hectares	35 milhões de hectares
Milho	12 milhões de hectares	18 milhões de hectares
Açúcar	6 milhões de hectares	10 milhões de hectares

## ÁREA DE PLANTIO DE LEGUMES:

BAIXO CRESCIMENTO NAS ÚLTIMAS DÉCADAS.  
O TOTAL DE HECTARES DESTINADOS À PRODUÇÃO DE  
LEGUMES PELO BRASIL É MENOR ATÉ QUE O DE UM PAÍS  
COMO O JAPÃO, MESMO TENDO A QUANTIDADE DE TERRAS  
AGRICULTÁVEIS 54 VEZES MAIOR QUE ESTE PAÍS.



Policultura – Cultivo de diferentes espécies (vegetais) em uma mesma área de plantio comumente realizada por pequenos produtores rurais, visando a diversidade da produção.



Monocultura – Cultivo de uma mesma espécie (vegetal) na área de plantio comumente realizada em grandes latifúndios, visando à exportação dessa produção.

Todos esses fatores contribuem para a compreensão do comportamento dos preços relativos de alimentos no país. Desde 2006, os alimentos mais saudáveis apresentam uma elevação de preço superior à média dos alimentos e muito acima dos ultraprocessados (biscoitos industrializados, refrigerantes, macarrões instantâneos, dentre outros).

Além disso, os dados retratam a grande desproporção do total de hectares destinados à produção de commodities para exportação (soja, milho, açúcar) em relação à produção dos alimentos saudáveis consumidos pela população brasileira.

Ainda assim, a agricultura familiar continua representando o maior contingente (77%) dos estabelecimentos agrícolas do país, mas, por serem de pequeno porte, ocupam uma área menor. Em comparação aos grandes estabelecimentos, responsáveis pela produção de commodities agrícolas de exportação, a agricultura familiar responde por um valor de produção de apenas 23% da área agrícola total no país. Porém, quando se consideram os alimentos consumidos internamente no Brasil, 70% vêm da agricultura familiar. Dessa forma, a alta dos preços dos alimentos de consumo interno é um problema de saúde pública, social e econômico.

## O QUE PODE SER FEITO?

### Governo

- Maiores incentivos à agricultura familiar, tendo em vista que este modelo de agricultura é responsável por uma grande parcela da produção de alimentos saudáveis produzidos para o consumo interno.

### Sociedade

- Apoio a agricultura familiar realizando as compras em pequenos estabelecimentos, feiras, hortas e/ou locais que ofertem a venda de produtos da agricultura familiar.

O Brasil possui extensa quantidade de terra agricultável (quase o dobro da média mundial em relação ao tamanho da população) e elevado grau de produtividade agrícola. Se o tema ganhasse prioridade, teria condições de ter total soberania alimentar.

# SEM RÓTULO – AGRICULTURA URBANA

Em consonância com o tema central desta edição do Feed Nasa e visando estimular o consumo de alimentos mais saudáveis no dia a dia dos trabalhadores, vamos falar sobre a agricultura urbana, temática esta que versa sobre algumas práticas que podemos fazer para melhorar o nosso padrão alimentar.

A agricultura urbana é a agricultura praticada dentro ou ao redor de uma área urbana. Pode ser praticada em grandes e pequenos espaços, como apartamentos, casas, pátios, praças, canteiros, fachadas, quintais e outros. As hortas verticais urbanas, a compostagem doméstica, o plantio em pequenos vasos são algumas das possibilidades de praticar a agricultura urbana, contribuindo para a saúde do meio ambiente, consumo consciente e melhora no padrão alimentar.

Outras vantagens da agricultura urbana é a redução de distâncias melhorando o acesso aos alimentos, a possibilidade de aproveitamento do lixo doméstico, o uso de espaços ociosos nas cidades, a promoção da segurança alimentar e a geração de atividade ocupacional, com a consequente geração de renda. A prática também tem sido vista como uma oportunidade para superar adversidades em momentos de crise econômica, climática ou sanitária.



**QUETAL COLOCAMOS ESSA PRÁTICA COMO META PARA ESSE NOVO ANO QUE SE INICIA? VAMOS IDENTIFICAR POR ONDE PODEMOS COMEÇAR A PRATICAR A AGRICULTURA URBANA PARA QUE 2022 SEJA UM ANO DE NOVAS ESTRATÉGIAS VISANDO A ADOÇÃO DE HÁBITOS MAIS SAUDÁVEIS.**



## **DESTACAMOS AQUI ALGUNS ALIMENTOS FÁCEIS DE REALIZAR O PLANTIO EM PEQUENOS ESPAÇOS.**

- Alface
- Couve
- Espinafre
- Brócolis
- Beterraba
- Tomate cereja
- Cenoura
- Cebolinha
- Salsa
- Orégano
- Manjeriçã
- Hortelã
- Coentro
- Alfavaca

Para refletir sobre essa temática e compreender melhor a prática da Agricultura urbana, o Circuito Saudável promoveu uma roda de conversa virtual no dia 24 de novembro de 2021 com o tema Agroecologia urbana: um caminho de sabores e saberes, com a participação especial da Élide Quitete Domingos, bióloga paisagista, mestre em engenharia ambiental com foco em sustentabilidade regional.

A roda de conversa virtual está disponível no Canal da Cogepe no YouTube pelo link: <https://www.youtube.com/cogepefiocruz>.

# MOVIMENTE-SE

Com a chegada de um novo ano, novos projetos e planos são traçados para que possamos viver um novo recomeço. A adoção de hábitos saudáveis para um novo início de ciclo costuma estar na lista de objetivos de muitas pessoas para o ano novo. Nessa nova edição do Movimento-se, destacaremos a teoria da autodeterminação, uma teoria comportamental que pode auxiliar o nosso planejamento de engajamento em um programa de exercícios para 2022.

Nessa teoria, os autores consideram que o mais importante dentro do processo comportamental é a qualidade e não a quantidade motivacional. A motivação intrínseca durante a prática de exercício físico (exemplo: objetivos internos de satisfação e aproveitamento) deve ser mais valorizada que a motivação extrínseca (exemplo: objetivos externos sugeridos por outras pessoas ou com um objetivo externo, como um “projeto verão”). É importante que consigamos encontrar atividades que tenhamos uma associação positiva e que valorizamos no nosso dia a dia, para que tenhamos uma maior autonomia dessas práticas ao longo do ano.

O segundo ponto da teoria valoriza como nos sentimos com relação à nossa competência para realização da atividade, quando engajar-se em uma modalidade que você se sente bom no que faz pode ajudar nesse processo. Tente buscar atividades que você acredita que irá realizar bem ou que já praticou e lembra que realizava bem as tarefas propostas.



E, por fim, o terceiro e último ponto está associado ao pertencimento que associamos àquele programa de treino. Para uma melhor adesão, é importante que façamos uma atividade em um local/grupo que temos algum envolvimento afetivo. Encontrar um professor que gostamos, um ambiente agradável ou uma companhia de treino, podem auxiliar na melhora da nossa permanência no programa de exercícios ao longo do ano.

Objetivos propostos, metas traçadas e novas perspectivas de uma vida mais saudável em 2022. O Núcleo de Alimentação, Saúde e Ambiente seguirá com novas ações de promoção da saúde, estimulando cada vez mais um ambiente saudável para os trabalhadores da Fiocruz. Movimente-se!



# REFERÊNCIAS

Pesquisa em Soberania e Segurança Alimentar e Nutricional. Inquérito Nacional sobre Insegurança Alimentar no Contexto da Pandemia da Covid-19. Rede Penssan. Brasília, 2021. Disponível em: [http://efaidnbmnnnibpcajpcgglefindmkaj/viewer.html?pdfurl=http%3A%2F%2Ffolheparaafome.com.br%2FVIGISAN\\_Inseguranca\\_alimentar.pdf&clen=14065718&chunk=true](http://efaidnbmnnnibpcajpcgglefindmkaj/viewer.html?pdfurl=http%3A%2F%2Ffolheparaafome.com.br%2FVIGISAN_Inseguranca_alimentar.pdf&clen=14065718&chunk=true). Acesso em 11 de novembro de 2021.

PALMIERI V. Relatório Dinâmica e diferenças dos preços dos alimentos saudáveis e ultraprocessados no Brasil. ACT promoção da saúde. São Paulo, 2021. Disponível em: <https://blog.actbr.org.br/alimentacao-saudavel/act-lanca-dinamica-e-diferencas-dos-precos-dos-alimentos-saudaveis-e-ultraprocessados-no-brasil/3236>. Acesso em 16 de novembro de 2021.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Censo Agropecuário 2017. IBGE. Brasília, 2017. Disponível em: <https://censos.ibge.gov.br/agro/2017/2012-agencia-de-noticias/noticias/25786-em-11-anos-agricultura-familiar-perde-9-5-dos-estabelecimentos-e-2-2-milhoes-de-postos-de-trabalho.html>. Acesso em: 22 de novembro de 2021.

DECI, E. L.; RYAN, R. M. Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. Springer Science & Business Media, 1985. ISBN 0306420228.

DECI, E. L.; RYAN, R. M. The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11:4, 227-268, DOI: 10.1207/S15327965PLI1104\_01, 2020.

# POR TRÁS DO BOLETIM

## **Equipe do Núcleo de Alimentação, Saúde e Ambiente (Nasa/ CST/Cogepe)**

Wanessa Natividade

Bruno Macedo da Costa

Cíntia Borges

Débora Oliveira

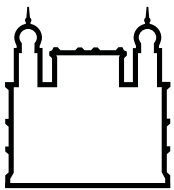
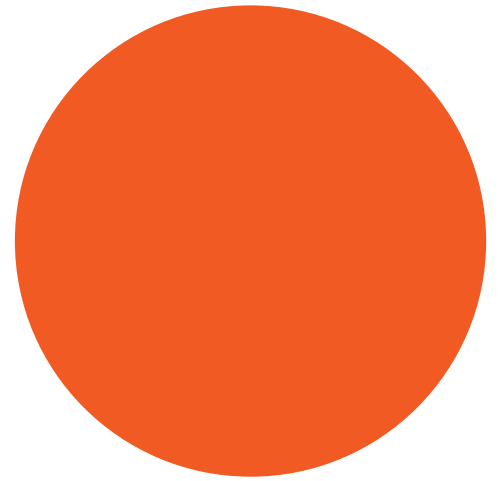
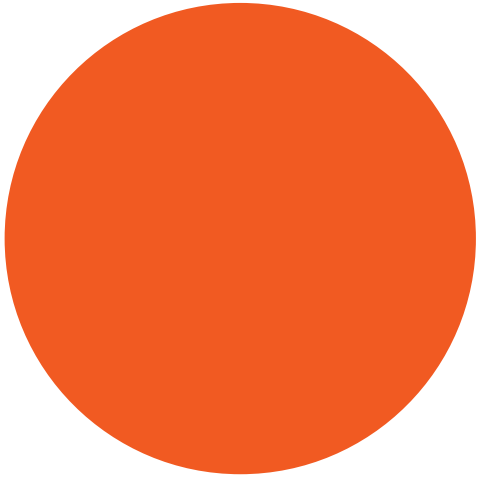
Lorhane Meloni

## **Revisão de conteúdo/Jornalismo**

Glauber Tiburtino

## **Diagramação e Design Gráfico**

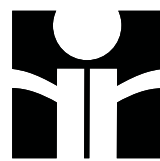
Marcelo Santos



Ministério da Saúde

**FIOCRUZ**

**Fundação Oswaldo Cruz**



**COGEPE**  
GESTÃO DE PESSOAS