

Cidadania em pratos limpos

O Brasil perde 14 milhões de toneladas de alimentos por ano devido ao desperdício. Saiba como evitá-lo.

Maurício Waldman*


Colocar comida no prato é um assunto vital. Só que mais vital ainda é refletir sobre o que acontece com ela antes e depois dela chegar ao seu prato. Pelo menos 52% do lixo domiciliar do país é resto de comida e números esbeltas de desperdício geram montanhas inaceitáveis de lixo.

Apenas nas cantinas, o brasileiro deixa no prato 20% da comida que pede. Na produção e no consumo de alimentos, 15% das laranjas são perdidas. Assim como, 16% das batatas, 21% do arroz, 25% do frango, 30% das hortaliças, 31% dos grãos e 75% do leite.

Ou seja, no Brasil se perdem

14 milhões de toneladas de alimentos por ano!

Este alimento descartado consumiu muita água para ser produzido. Cada quilo de trigo precisa de 900 litros de água; um quilo de milho consome 1.4 mil litros; um de arroz, cerca de 1,9 mil litros. Um frango de um quilo, consome cerca de 3,5 mil litros em sua produção e, quanto à carne bovina, pode-se chegar a 100 mil litros para cada quilo.

Além disso, há o custo energético dos alimentos, pois estes "viajam" 2 mil km em média e absorvem cerca de 20% da energia produzida no País. 



TOLERÂNCIA ZERO DIANTE DESTES ABSURDOS SOLICITARIA:

- **Consumo responsável:** Reflita sobre sua necessidade real de alimentos. Jamais faça compra de improviso;
- **Controle:** Cheque a validade dos produtos, evitando que se estraguem e se transformem em lixo;
- **Compre com mais frequência:** Terça parte dos alimentos acaba no lixo pois se compra muito de uma só vez. Reabasteça sua dispensa apenas com o que está faltando;
- **Resíduos:** prefira alimentos vendidos a granel. Evite produtos embalados;
- **Repensar:** Altere seu cardápio em favor de alimentos menos exigentes em água. O Planeta deve funcionar para os homens e não para os bois;
- **Reduzir:** Não tenha os olhos maiores do que a boca. Só coloque no prato o que irá comer de fato. Gula não combina com ecologia;
- **Reaproveitar:** Muito alimento útil é jogado fora. Agregue talos nas sopas. Pão-velho e arroz feito podem ressurgir vitoriosamente na sua mesa;
- **Coma com prazer:** Existem excelentes receitas ecologicamente corretas. Não maltrate seu paladar com refeições verdes intragáveis;
- **Compostagem:** Restos de comida podem ser reabsorvidos pela natureza ao invés de entupirem aterros. Pratique compostagem no seu quintal ou utilizando composteiras;
- **Sacolinhas:** Ajude a colocar ponto final na farras das sacolinhas plásticas. Utilize a Eco-bag nas suas compras;
- **Óleo de Cozinha usado:** Entregue-o para entidades que o transformam em sabão;
- **Pense localmente:** Alimentos locais são mais frescos, usam menos embalagem e viajam bem menos. Melhor para o Planeta, melhor para você!

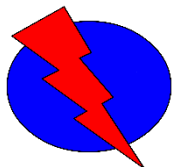


*Consultor Ambiental. Pós-Doutorando do Instituto de Geociências UNICAMP. Bolsista do CNPq. Maiores informações na página pessoal www.mw.pro.br. E-mail: mw@mw.pro.br

fevereiro de 2009 - Ambiente Urbano 15

EDITORA KOTEV

Conheça os títulos de Maurício Waldman na área de Meio Ambiente publicados pela Editora Kotev. Acesso:



http://kotev.com.br/?product_cat=meio-ambiente

