

Produção intensiva de proteínas animais tem um peso significativo na pegada ecológica, aponta estudo

27 de Julho, 2022

A atual forma de consumo global excede a capacidade que o planeta tem de regenerar recursos naturais e de absorver resíduos (com particular incidência nos países desenvolvidos). A conclusão faz parte de um novo estudo – Proteína Verde: Plantar a Alimentação do Futuro – da Associação Vegetariana Portuguesa (AVP), em parceria com a ZERO, o projeto LeguCon e o laboratório colaborativo Food4Sustainability.

O relatório é divulgado um dia antes de se assinalar o Dia da Sobrecarga da Terra (28 de julho) assinala o momento em que se esgota todos os recursos naturais que o planeta consegue regenerar num ano: tal significa que, a partir desta quinta-feira, 28 de julho, o planeta passa a viver em défice ecológico.

O estudo, que pode ser consultado gratuitamente [aqui](#), demonstra que a produção intensiva de proteínas animais tem um peso particularmente significativo na pegada ecológica.

“As alterações climáticas e a sustentabilidade dos ecossistemas e da economia, face a um sistema planetário com claros limites físicos e biológicos, representam o problema mais grave e mais premente que se colocou à espécie humana nos últimos três quartos de século”, declara Pedro Ribeiro, da Associação Vegetariana Portuguesa, e que integra a equipa por detrás do projeto.

Joana Oliveira, da Associação Vegetariana Portuguesa e parte da equipa responsável pelo projeto, defende que “todas as cadeias de produção alimentar implicam custos externos, tanto ao nível das alterações climáticas, como do agravamento da seca, contaminação da água, perda de habitats e extinção de espécies, mas a forma como produzimos atualmente alimento acarreta ainda mais custos do que aqueles que poderíamos ter, ou seja, é altamente ineficiente”.

A título de exemplo, “1 kg de bife de vaca, produzida em Portugal, em modo intensivo, contribui com uma emissão de cerca de 80 kg de CO₂eq (equivalentes de CO₂)”, o que pode ser equiparável a uma “viagem de 230 km de carro”, alertam as Associações, acrescentando que, “comparativamente, a produção de 1 kg de feijão gera apenas 1 kg de CO₂eq, ou seja, o bife de vaca contribui 80 vezes mais para a emissão de gases com efeito de estufa”.

A transição proteica: uma questão de saúde pública e de inclusão

“Uma maior proporção de proteína vegetal na nossa alimentação não significa apenas uma dieta mais saudável e uma melhor qualidade de vida, é também um contributo muito significativo para a neutralidade climática, para a

diminuição da desflorestação inerente às importações de mercadorias contidas na alimentação animal e para a diminuição de pressões sobre os recursos hídricos, solo e biodiversidade. Uma estratégia nacional para as leguminosas é essencial para a transição ecológica justa do sistema alimentar.”, afirma Pedro Horta do grupo de trabalho de agricultura, floresta e biodiversidade da associação ambiental ZERO.

Segundo este relatório do projeto Proteína Verde, existem vantagens claras para a saúde dos portugueses se a principal fonte proteica for de base vegetal, elencando-se dados de especialistas (tais como os da The EAT-Lancet Commission), que defendem uma alimentação centrada em alimentos de origem vegetal, em linha com a transição para um cenário focado em proteína vegetal e num regresso às origens da alimentação mediterrânica.

Segundo os dados da balança alimentar de 2020, a “nossa alimentação deveria ser constituída por 23% de legumes e consumimos apenas pouco mais de metade (14,4%)”. No caso da “carne, ovos e pescado, deveria representar 5%, mas representa 16,9% (mais de 3 vezes o valor recomendado)”, referem os dados, partilhados pelas Associações.

Nuno Alvim, presidente da Associação Vegetariana Portuguesa, realça ainda a necessidade de inclusão ao nível do sistema alimentar: “A Roda dos Alimentos Portuguesa é a roda dos alimentos de alguns portugueses, mas não de todos. Se analisarmos por um prisma mais amplo, ignora que existem pelo menos 1 milhão de pessoas em Portugal, de acordo com um estudo recente de 2021, que ao longo da semana preferem fazer refeições vegetarianas.”

O Proteína Verde “pretende levantar o debate e é uma proposta de mudança”. O primeiro relatório do projeto designa-se de Plantar a Alimentação do Futuro e inclui 15 recomendações de políticas públicas ao Governo português.