Consumidor: um elo importante da cadeia produtiva dos alimentos

Ao adquirir um alimento agroecológico você está contribuindo para:

* Que menos veneno contamine as plantas, os solos, os rios, o ar, os produtores e os consumidores;

* Aumentar a oferta diversificada de alimentos agroecológicos e reduzir a produção convencional e transgênicos.

* Fortalecer laços entre produtores e consumidores, campo e cidade, principalmente ao adquirir em feiras do produtor ou em mercados que compram de agricultores locais.

* Regatar os conhecimentos culturais de cuidado das sementes, da produção e da elaboração de diversas receitas.

Consumo consciente

O que consumimos pode gerar qualidade de vida no local onde vivemos. O alimento local conserva suas características nutricionais, pois a distância entre a produção e o consumo é reduzida. Este fator também aproxima os consumidores dos ciclos naturais das plantas, pois é ofertado o que esta sendo plantado na época.

AgriculturaFamiliar e Agroecologia
GERAÇÃO DE RENDA E QUALIDADE DE VIDA NO LITORAL NORTE DO RS

Realização: Anama Ação Nascente Maquiné

Patrocínio: Petrobras Desenvolvimento & Cidadania; Petrobras; Governo Federal Brasil País rico é país sem pobreza

Alimento Agroecológico

Saúde, Cultura e Sustentabilidade

SAIBA AS DIFERENÇAS ENTRE OS ALIMENTOS CONVENCIONAIS, TRANSGÊNICOS, ORGÂNICOS E AGROECOLÓGICOS:

* **Alimento convencional**: seu cultivo ou processamento são utilizados adubos químicos, agrotóxicos e/ou aditivos químicos. Geralmente, são produzidos em larga escala.

* **Alimento orgânico**: são os que não envolve uso de adubos químicos, agrotóxicos, drogas veterinárias ou aditivos químicos em nenhuma etapa da sua produção, podendo ser comercializado em pequena ou larga escala. Na produção orgânica o agricultor valoriza a saúde do solo e dos consumidores desses alimentos.

* **Alimento agroecológico**: além de ser orgânico, traz o envolvimento das famílias de agricultores na produção, promovendo um novo sistema social, pois incorpora valores que regem a produção saudável e sustentável de alimentos, a justiça social, a valorização da cultura do campo, a comercialização solidária e o consumo consciente.

* **Alimento transgênico:** teve sua estrutura genética modificada em laboratório, recebendo genes de outras espécies, como bactérias e vírus. São produzidos por empresas transnacionais, quase sempre as mesmas que produzem agrotóxicos e remédios. Seu cultivo pode contaminar as sementes não-transgênicas, gerando perda de sementes selecionadas pela humanidade e cobrança de royalties, mesmo a agricultores que não as plantaram. O consumo deles pode trazer prejuízo à saúde, como alergias e redução da eficácia de antibióticos. Há muitos alimentos nos mercado com ingredientes transgênicos: óleos, margarinas, amido de milho, etc. Eles devem ter este símbolo no rótulo:

Atenção: não consuma alimentos transgênicos!

Os alimentos agroecológicos possuem:

Maior valor nutricional: o solo está equilibrado e as plantas podem buscar nutrientes e minerais importantes à saúde humana, como cálcio, magnésio, silício, zinco, ferro e em torno de 30 outros;

Maior durabilidade: contêm menos água (na maioria das vezes, o excesso de água é causado pelo uso de ureia na produção convencional). O excesso de água favorece a multiplicação de micro-organismos degradadores;

Mais sabor: contêm mais substâncias nutritivas, como proteínas, minerais e vitaminas, que estão menos diluídas em água;

Ausência de toxidade: foram produzidos sem o uso de elementos que contaminam o solo, as águas e a saúde dos produtores e consumidores;

Diversidade: quanto mais diverso for a produção maior será o equilíbrio entre as plantas e o risco de ataque de pragas é menor. Essa diversificação também contribui para que o cardápio seja mais rico nas mesas dos produtores e consumidores gerando saúde e vitalidade.

Identidade: está relacionado à tradição agrícola e cultural dos produtores que respeitam o calendário anual de cada planta e valorizam as sementes passadas de geração para geração.

Nutrientes nos alimentos agroecológicos
65% mais cálcio
73% mais Ferro
91% mais de Fósforo
118% mais de Magnésio
178 % mais Molibdênio
60% mais Zinco

Fonte: AZEVEDO, Elaine. Alimentos orgânicos: ampliando os conceitos de saúde humana, social e ambiental. Florianópolis: Insular, 2003.