

ASSOCIAÇÕES ENTRE SUSTENTABILIDADE E ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NUMA POPULAÇÃO PORTUGUESA



Vanda Andrade

ESAS, IPSantarém



Paula Ruivo

ESAS, CIEQV/ IPSantarém



Paula Pinto

ESAS, CIEQV/ IPSantarém

Introdução

As escolhas alimentares dos consumidores determinam a transição para sistemas alimentares mais sustentáveis. A promoção do acesso a alimentação adequada e segura, local e sazonal, e o fomento de hábitos alimentares mais saudáveis e sustentáveis constituem resultados comuns à adoção do padrão da Dieta Mediterrânica e dos Circuitos Curtos Agroalimentares (CCA).

Objetivo

Nesta comunicação apresentam-se os resultados da análise às decisões de adultos portugueses, numa ótica de coerência e contributo para práticas mais saudáveis e mais sustentáveis, conducentes a uma melhor qualidade de vida.

Metodologia

Recolheram-se dados em formulários Google para correlacionar o consumo de alimentos com a preferência pelo seu local de aquisição (PLA) e por Produtos de Agricultura Biológica (PAB). (n=375)

Resultados

A maioria dos inquiridos (71,2%) não demonstrou preferência por aquisição de Produtos Biológicos ou por locais de compra de maior proximidade, recorrendo primordialmente a “supermercados” (68%), incluindo os indivíduos com preferem a aquisição de Produtos Biológicos (50,8%).



Figura 1 – Preferência por aquisição de Produtos Biológicos (%)

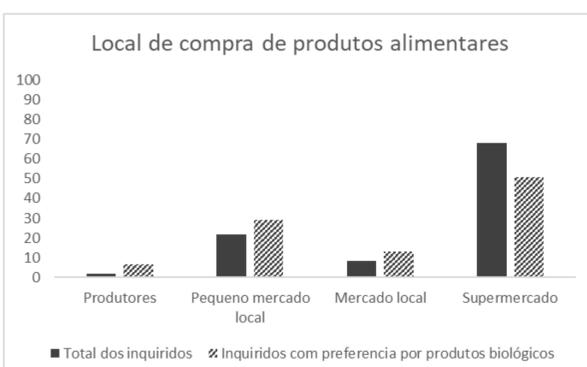


Figura 2 – Preferência por Local de Aquisição (%)

O consumo de vegetais, frutas, frutos secos, cereais integrais e peixe apresentou correlação positiva significativa ($p < 0,05$) com CCA e/ou a preferência por PAB, assim como o consumo de alimentos pouco saudáveis, doces e carne vermelha, com correlações negativas e significativas ($p < 0,05$).

Tabela 1: Correlações entre o consumo de alimentos e os parâmetros de sustentabilidade, preferência por local de compra de produtos alimentares (PLA) e preferência por produtos biológicos (PAB)

Consumo de alimentos	PLA	PAB
Spearman ρ /valor p		
Vegetais	0,153/ 0,003	0,200/ 0,000
Fruta	0,104/ 0,044	0,106/ 0,041
Frutos secos	0,043/0,401	0,137/ 0,008
Cereais integrais⁽¹⁾	0,038/0,913	0,124/ 0,019
Peixe	0,123/ 0,017	0,021/0,693
Legumes	0,088/0,088	0,053/0,309
Baixo teor de gordura⁽¹⁾	-0,082/0,489	0,082/0,119
Azeite (para cozinhar) ⁽¹⁾	0,054/0,779	0,023/0,659
Azeite	0,024/0,638	-0,002/0,979
Tomate (para cozinhar)	0,009/0,862	0,009/0,859
Vinho	-0,002/0,976	-0,005/0,918
Gorduras	-0,018/0,713	-0,077/0,139
Refrigerantes	-0,040/0,443	-0,055/0,295
Doces	-0,045/0,389	-0,130/ 0,013
Laticínios	-0,080/0,125	-0,141/ 0,007
Carne vermelha	-0,126/ 0,015	-0,164/ 0,002

(1) Teste de Kramer-V

RECOMENDAÇÃO: A associação entre hábitos de alimentação saudável e comportamentos mais sustentáveis registada, justifica a pertinência da integração do conceito de sustentabilidade em programas de sensibilização para a alimentação saudável.