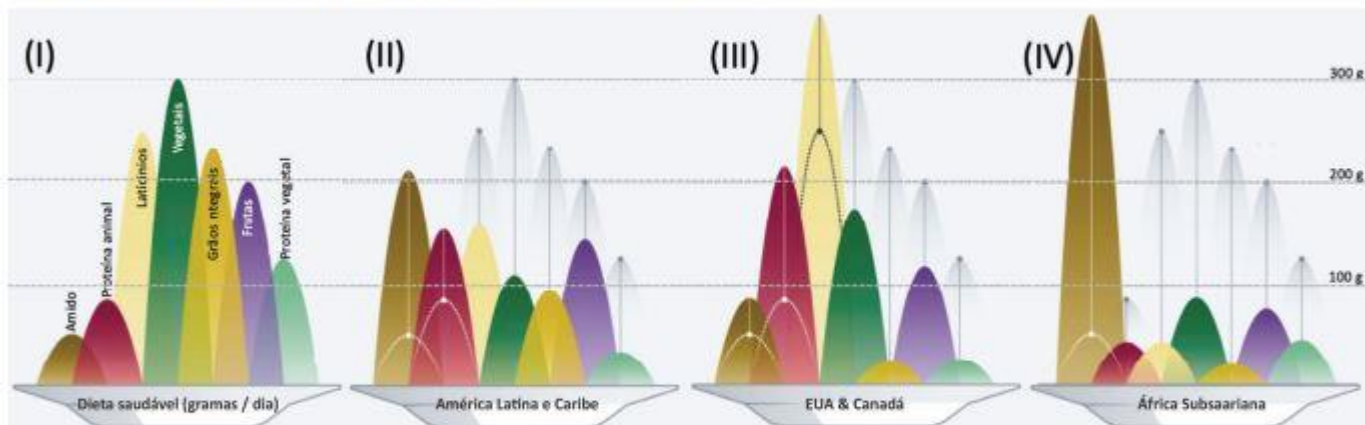


Questão 5

A figura a seguir mostra uma composição ideal e balanceada de sete grupos alimentares em uma dieta considerada saudável para uma pessoa de 30 anos (I) e os valores médios correspondentes às dietas que ocorrem em países da América Latina (II), Estados Unidos e Canadá (III) e África Subsaariana (IV). Esse mesmo estudo vai além e considera importante que a saúde humana seja conjugada à saúde planetária, para que haja uma produção sustentável de alimentos para uma população mundial crescente. Ou seja, é importante entender que a produção de alimentos tem uma demanda ambiental que deve ser considerada para se conseguir um sistema de produção global sustentável.



- Em qual grupo alimentar espera-se encontrar alimentos com maior teor de vitamina C (ácido ascórbico)?
- Dentre os 21 picos das regiões II, III e IV, aponte aquele que apresenta a maior diferença proporcional em relação à dieta considerada como saudável (I). Cite uma consequência negativa à saúde que este consumo inadequado pode causar.
- Escolha dois grupos alimentares e cite, para cada um: um exemplo de produto deste grupo alimentar e um impacto ambiental decorrente da produção não sustentável deste produto. Utilize a tabela específica da folha de respostas.

RESOLUÇÃO

- O maior teor de vitamina C pode ser encontrado no grupo das frutas.
-

Região	Grupo alimentar	Consequência negativa do consumo excessivo
África Subsaariana (IV)	Amido	Uma dieta baseada fundamentalmente em amido, mas pobre em outros nutrientes, pode acarretar uma maior ocorrência de diabetes, por exemplo.

c) Dentre os vários exemplos, citamos:

Grupo alimentar	Produto	Impacto
Proteína animal	Carne	Desmatamento e emissão de gases estufa.
Proteína vegetal	Soja	Exaustão do solo e esgotamento de nutrientes.