Boletim Nutrindo a Mudança – DEZEMBRO DE 2025

Atenção: a Coca-Colou no Natal! Que tal a gente se descolar dela?

Por Susana Prizendt - C. P. C. A. P. V. e MUDA-SP publicado originalmente na Mídia Ninja

Caravanas iluminadas com a grana da corporação percorrem o país e criam um mundo de ilusão, enquanto a empresa real se apropria dos recursos naturais, vicia crianças em ultraprocessados, adoece populações, entope os mares com resíduos plásticos e aquece o planeta. É hora de dizer não a esse Greenwashing e promover outro tipo de caravana, a que nos revela o universo da comida de verdade cultivada pela Agroecologia

Linhas curvas, presença marcante das cores vermelha e branca, idade avançada, fama incontestável. Estamos falando do Papai Noel, símbolo do período natalino. Mas poderíamos ter nos referido a outro ícone de peso: o logotipo da bebida industrializada centenária que se tornou onipresente no planeta, a tão amada quanto odiada Coca-Cola.

Se você pensa que as similaridades entre as duas entidades globalizadas iriam parar por aí, se enganou tão redondamente como a barriga do bom velhinho. Além de se infiltrar nas mesas natalinas de povos do mundo todo, dando um chega para lá em bebidas tradicionais milenares, a marca do refrigerante mais consumido do planeta também se tornou a "cara" do Natal para muita gente, sobretudo em países como o Brasil.

Boa parte desse feito pode ser atribuída a uma ação marqueteira, que capturou o imaginário da população, ao criar cenários móveis repletos de luz, música e personagens cativantes. São os caminhões inconfundíveis das Caravanas de Natal da Coca-Cola, iniciativa que há mais de uma década se tornou referência em muitos territórios das cinco regiões do país, e que também ocorre em outras nações assediadas pela marca.

Há quem aguarde a passagem do desfile ansiosamente, ano após ano, levando o avô, a avó, tias, tios, as crianças e até o novo bebê de colo para se encantar com o show audiovisual, em que Papai Noel aparece sorridente, acenando para a multidão. E essa sedução ocorre mesmo sem a distribuição de brindes, algo que costuma atrair as pessoas no mundo publicitário. É isso mesmo, você não vai ganhar nem uma coquinha durante a apresentação - afinal, o presente é o próprio "espetáculo", e quem vai, vai somente para prestigiá-lo.

É que, como a empresa mesmo diz, trata-se de… MAGIA. Seria a Magia Natalina, como está no slogan da campanha? Certamente que não. A magia a qual nos referimos é a do dinheiro. Recriar os cenários típicos da estória de Noel, com suas renas, seus duendes, seu trenó… em grandes veículos que percorrem imensas distâncias todos os dias, se apresentando em mais de 150 cidades (93 delas sob responsabilidade da Coca-Cola FEMSA e 60 delas sob responsabilidade da Solar Coca-Cola), por um período de mais de um mês, é para quem tem bolsos bem recheados.

Além disso, toda a publicidade envolvida na campanha deve ampliar bastante a verba que foi gasta com a superprodução, apesar da divulgação "espontânea" feita pela mídia local e pelas prefeituras das "abençoadas" cidades em que as Caravanas passam. Quanto realmente se investe, confesso que não sei. Esses números são resguardados pela empresa. O que eu sei é que, com certeza, é um valor muito maior do que o orçamento anual da área da cultura de muitos desses municípios. E que, sem sombra de dúvidas,

a quantia de dinheiro gasta é muito, muito menor do que os rendimentos obtidos pela corporação com essa jogada marqueteira.

Mas, se você quer um parâmetro, o gasto mundial que ela tem com publicidade por ano está estimado em 4 bilhões de dólares. O valor é o equivalente ao lucro obtido no terceiro trimestre deste ano, cerca de 3,7 bilhões de dólares (alta de 29% em relação ao mesmo período de 2024).

Mascotes estapafúrdios

A campanha de divulgação das Caravanas conta com um atendimento individualizado pelo whatsapp, mostrando mais uma vez que as Big Foods e as Big Techs sabem muito bem agir em conjunto, reforçando-se umas às outras, como já abordamos em um artigo que fala sobre esse "casamento lucrativo", publicado pelo Outras Palavras.

Ao clicar num botão no site da marca, você cairá num perfil do ZAP chamado Ajudante de Natal da Coca-Cola. A primeira mensagem que recebe é um AU AU AU, logo acompanhada de um "quer dizer" e depois de um HO HO HO. A foto do perfil esclarece a presença dos latidos: ela é do Nico, um simpático cãozinho São Bernardo com um barrilzinho com o logotipo do refrigerante pendurado no pescoço. Ele irá guiar você para que saiba mais sobre as Caravanas e para que você crie seu próprio papel de carta personalizado com a identidade visual da iniciativa. Você só tem que escolher uma opção para "continuar compartilhando a magia natalina".

Quer dizer, não é assim tão fácil. Primeiro, precisa fornecer alguns dados pessoais. Então, no meu caso, a aventura terminou antes de começar porque me recusei a passar qualquer informação para a gigante capetalista - já que sabemos que, hoje em dia, os nossos dados são os verdadeiros produtos valiosos para o sistema. No entanto, imagino quantas crianças, jovens e adultos não manifestaram a mesma objeção que esta gata escaldada que vos escreve manifestou.

Mas porque cargas d'água a Coca escolheu o tal cão como mascote da campanha? Bem, a paixão por pets nunca rendeu tanto dinheiro como atualmente. É um mercado bilionário. Filhotes de cachorro são sempre uma fofura, transmitem inocência e cativam até quem costuma rosnar quando você ousa dar um bom dia. O nome Nico faz referência ao santo que muitas pessoas identificam com o Papai Noel ou Santa Claus: São Nicolau.

Além do mais, não é qualquer espécie de cão. É um São Bernardo, originário de regiões frias que combinam com a simulação de "clima de inverno" do Natal, e conhecido como um bicho que salva pessoas em situação de risco, sobretudo em nevascas, fenômenos climáticos extremos. Pescou a ideia?

Sobre essa associação da marca com uma figura salvadora, podemos perguntar: caso o cãozinho levasse mesmo a bebida gelada, cujo logotipo está no barrilzinho, ao invés de algo que aqueça, para alguém que está congelando na neve, iria ajudar a salvar a vida desta pessoa?! É uma boa pista para revelar o que a empresa realmente faz em relação aos cuidados com os seres humanos e a natureza.

O mascote oficial da marca, um urso polar, também demonstra essa tentativa de cooptar a causa da defesa da vida e distorcer a realidade. Enquanto diz que refresca o planeta, a corporação está umbilicalmente associada à aceleração da crise climática e ambiental que nos assola, responsável pelos tais fenômenos extremos, como as próprias nevascas. Quer ver como?

Do pet ao PET

Para começar, seria mais coerente a Coca adotar como mascote uma garrafa PET do que um pet que é um cãozinho, ainda mais uma raça de cão conhecida por seu papel de salvar a vida de pessoas. Quanto ao urso polar, é impressionante o sarcasmo demonstrado com sua escolha. Basta dizer que ele é um dos animais mais conhecidos pelo imenso risco que sofre devido ao derretimento das geleiras e à elevação dos oceanos, processos que as transnacionais afogadas em petróleo, como as de bebidas envasadas em plástico, vêm inquestionavelmente intensificando.

E não é apenas aumentando a temperatura do planeta que empresas como a Coca-Cola vêm contribuindo para apressar o fim dos tempos. Os resíduos inorgânicos que ela gera, sobretudo formados pelo PET das garrafas "recicláveis", têm inundado rios, mares, oceanos e chegado até em refúgios

paradisíacos em que nenhum ser jamais ouviu a palavra refrigerante. E eles se desmancham em pedaços que podem se enroscar em pássaros, tartarugas, peixes, moluscos… levando esses animais à morte.

Com o tempo, essas embalagens se fragmentam até virarem pedacinhos minúsculos, invisíveis aos olhos nus. São os microplásticos, contaminantes que já invadiram a teia alimentar - ao serem ingeridos por espécies que, por sua vez, serão ingeridas por outras espécies, das quais nos alimentamos, chegando ao nosso organismo. Já temos microplásticos no estômago, no intestino, nos pulmões, no cérebro e até no cordão umbilical, mostrando que as novas gerações estão nascendo com esse "presente de boas-vindas" das Big Food em seus delicados corpos.

Se você é tutor de um bichinho, como um gato, um cachorro ou até um papagaio, saiba que provavelmente ele tem fragmentos de PET em seu organismo, o que pode gerar problemas de saúde que causam bastante sofrimento. Sejam os nossos amados pets, sejam os animais selvagens que habitam os quatro cantos do mundo, ou sejamos nós, os seres humanos, todos os seres viventes somos impactados negativamente pelas empresas de refrigerante, o que revela a cara de pau da adoção de mascotes como o cãozinho salvador de vidas e o urso polar vítima da fritura climática.

Como tudo em relação a essa empresa poderosa envolve recordes, ela tem sido a campeã no ranking da poluição plástica mundial. É o que apontam organizações como a coalizão global Break Free From Plastic, que vem revelando que essa liderança existe desde 2018, deixando nítido que a corporação não está tomando medidas quanto ao problema; e a Oceana, que produziu recentemente um vídeo chamado O mundo poluído pela Coca-Cola, no qual alerta que ela tem retrocedido nas práticas ambientais e que, só em 2023, gerou um volume de 3,4 bilhões de quilos de embalagens, material suficiente para dar 100 voltas ao redor do planeta. Se você pensar no "peso-pena" de uma garrafa PET (cerca de 50g), poderá vislumbrar a quantidade absurda de garrafas necessárias para formar todos esses bilhões de quilos.

Nas palavras de John Hocevar, diretor do Greenpeace EUA: "Ano após ano, a Coca-Cola inunda o mundo com mais resíduos plásticos, com enormes consequências para a saúde humana, a justiça ambiental e a biodiversidade. As lideranças da Coca-Cola parecem acreditar que, se continuarem a colocar outdoors sobre reciclagem, ninguém perceberá que sua pegada de plástico continua crescendo enquanto abandonam seus objetivos e compromissos".

Por falar em Greenpeace, não dá para ignorar o tamanho do Greenwashing praticado pela empresa de bebidas mais famosa da galáxia, que vai bem além dos outdoors sobre a tal reciclagem (que não acontece como deveria na vida real, como mostra o Atlas do Plástico), e atinge setores como reflorestamento e educação ambiental, vendendo uma imagem muito diferente do que a realidade nos mostra. E o mascotinho com apelo salvador da campanha das Caravanas de Natal é só mais um elemento dessa lavação verde.

Pega esse sabor… (ou não!)

Mas, se as embalagens são uma desgraça inegável, o que falar da bebida em si? Zilhões de estudos científicos já mostraram para quem quiser ver que esses líquidos ultraprocessados são terríveis para a saúde física e mental das pessoas. A Revista Lancet, referência internacional em ciência, acaba de lançar um conjunto de materiais sobre esse tipo de produto, trazendo dados robustos sobre os danos que provocam.

Eles estão diretamente ligados à explosão das doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs) no mundo. Síndrome metabólica - um mix de obesidade, diabetes e pressão alta - é um dos presentes que Coca e Cia vêm nos dando, todos os dias, e em doses generosas como suas imensas garrafas cheias de refrigerantes. Aliás, você saberia dizer a quantidade de açúcar contida em cada uma? Vale a pena descobrir. A indústria canavieira, uma das mais envolvidas com exploração de trabalhadores/as e destruição ambiental, sabe muito bem esses números e se refestela com essa "abundância de doçura".

A quantidade exagerada desse ingrediente é mesmo motivo de muita preocupação. E não estamos falando apenas do aumento de cáries, algo que se agrava pelo fato da bebida ter a presença de aditivos acidificados que desgastam os dentes. Os problemas seguem boca adentro. Se olharmos para o aparelho digestivo, o consumo diário de 1 a 2 copos de bebidas adoçadas aumenta em 59% o risco de doenças

ligadas à digestão de alimentos, como gastrite, disbiose e úlceras, segundo material produzido pela ACT Promoção da Saúde.

Será que a solução para continuar sentindo o gosto desses produtos, sem detonar seu organismo, seria substituir o açúcar por outros adoçantes menos calóricos, optando pelos refrigerantes zero que essas empresas tanto enaltecem, em propagandas cheias de leveza e refrescância? É o que nos recomenda o slogan da Coca diet, "Pega esse sabor". Fica a questão: será que a gente deveria mesmo pegar - e ainda se desdobrar para ficar com a consciência tranquila em relação aos efeitos no nosso corpo?

Tudo indica que não… As versões diet são tão ou mais prejudiciais à saúde, como revelam pesquisas recentes. Uma delas constatou que alguém que toma uma lata de refrigerante ao dia pode ter um aumento da chance de sofrer de fígado gorduroso (uma condição que pode levar à morte) de 50%, se ingerir a versão com açúcar. Mas esse índice salta para 60% (10% a mais!), se ele ou ela ingerir a versão dietética. Já na parte circulatória, estudos mostram que, se o consumo for de 2 a 3 copos ao dia da versão diet, o aumento do risco de problemas é de 52%.

E, seja açucarada ou dietética, a bebida industrializada à base de cola contém muito ácido fosfórico, que pode reduzir a densidade óssea. Mais uma ironia, já que a marca propõe a realização de atividades físicas como maneira de controlar a obesidade. Com ossos frágeis, quem consegue praticar esportes? Considerando a ausência de nutrientes no produto (que acaba sendo consumido no lugar de opções naturais), de onde viria a vitalidade para ter uma vida atlética? Mesmo se ele for ingerido no lugar de um simples copo de água, ainda assim será prejudicial a quem se exercita, já que não vai nos hidratar como a água nos hidrata.

A ilusão de que a Coca Zero é uma bebida relativamente saudável vem atingindo até mesmo profissionais de saúde. O FoodWashing feito pelas corporações em relação à "leveza" da bebida gerou uma banalização de seu consumo, algo que comprovadamente está associado ao ganho de peso, já que adoçantes artificiais confundem o cérebro das pessoas e fazem com que sintam mais e mais vontade de ingerir algo doce, aumentando a quantidade do que comem ou bebem no dia a dia. Por falar em cérebro, essas substâncias também têm acelerado o declínio do órgão. Quem consome regularmente tem uma perda 62% maior da capacidade cognitiva, sobretudo relacionada à memória e à fluência verbal.

O sabor e as doenças que "pegam" para a vida toda

Se as Caravanas de Natal encantam sobretudo as crianças, não é por acaso. Sabemos que o vício em ultraprocessados costuma se iniciar cedo, justamente com essas bebidas repletas de aditivos, que geram uma sensação de prazer praticamente irresistível. E, muitas vezes, atropela os mesmos bebês de colo que ficam hipnotizados pelo show natalino itinerante, já que a bebida é oferecida a eles até mesmo na mamadeira. O segredo de ter consumidores/as fiéis é começar sua conquista do começo, não é?

Só que, se você acha que o tal começo é a primeira infância, errou o alvo… Ele ocorre ainda no útero, quando as mamães ingerem a bebida ultraprocessada e ela altera o líquido nutritivo que alimenta o bebê, influenciando o desenvolvimento do paladar. Essas crianças vão nascer com um potencial maior para comer e beber o que "aprenderam" a gostar durante o período que passaram sendo gestadas. Se for algo cheio de açúcar e aromatizantes artificiais, a indústria alimentícia está feita porque terá clientes garantidos pelas próximas décadas. O mesmo ocorre no período de amamentação, já que o leite materno também é alterado pela alimentação da mãe.

Começando a ser consumidoras cada vez mais cedo, as novas gerações estão sofrendo com doenças que costumavam ocorrer só na fase adulta ou na terceira idade. Hipertensão, diabetes, esteatose hepática, entre outros problemas, podem acompanhar essas pessoas durante a vida, fazendo a festa das Big Pharma, que vão fornecer remédios continuamente para ajudar a controlar os desequilíbrios gerados pelas Big Foods.

E nem mencionamos a alta na ocorrência de câncer na infância, algo que um artigo que escrevi em 2013 para o Relatório de Direitos Humanos no Brasil já constatava, reunindo dados a partir de pesquisas da época, como as realizadas pela Dra Silvia Brandalise, oncologista pediátrica. Se sabemos que uma alimentação baseada em produtos ultraprocessados (UPPs) aumenta sensivelmente a possibilidade de

desenvolver a doença, seria de se esperar que organismos ainda não plenamente desenvolvidos, como o das crianças, fossem sofrer expressivamente com a popularização desse tipo de produto.

Considerando o conjunto de substâncias com potencial tóxico ou mesmo carcinogênico aos quais os bebês e as crianças pequenas têm sido expostas, é possível compreender porque organizações não governamentais que tratam de meninos e meninas que sofrem com leucemia e outras formas de câncer precisam fazer campanhas de arrecadação de fundos cada vez mais milionárias.

Com isso o FoodWashing, que já foi desmascarado na questão do "zero açúcar saudável", ganha outros contornos. As próprias corporações que fabricam ou comercializam alimentos industrializados, como o MC Donald's, mergulham com tudo em ações em prol de ONGs como o GRAACC - Grupo de Apoio ao Adolescente e a Criança com Câncer -, que também tem shoppings (templos do fast food) e transnacionais do setor químico (experts em criar substâncias viciantes) em sua lista de parceiros.

Tomando no…

Se há gente que começa a tomar Coca-Cola na mamadeira, há quem cresça e passe a tomar direto do gargalo da garrafa, ingerindo litros diariamente, e sofrendo as consequências desse alto consumo no corpo, no comportamento e no bolso. Mesmo que os refrigerantes da marca não sejam caros (se compararmos com um suco natural ou uma água de coco), eles vêm sendo ingeridos no lugar de uma bebida que, se não é gratuita como deveria ser, é muito mais barata, sobretudo se vier de um filtro caseiro. Estamos falando da boa e velha água (talvez já não tão boa, mas veremos isso mais pra frente).

Imaginem o esforço que uma família faz para comprar o refrigerante tão desejado, em meio a um orçamento para lá de apertado. O impacto econômico poderá atrapalhar bastante a compra de comida de verdade e aumentar o consumo de outros UPPs com valores acessíveis, como salsicha e macarrão instantâneo. Mas, se existem impactos financeiros individuais, existem os coletivos - e o orçamento da saúde pública vem sendo pressionado com a quantidade de doenças crônicas decorrentes dessa rotina alimentar nada saudável, para não dizer tóxica.

E a desgraceira econômica não se restringe ao prejuízo que as Big Foods, como a Coca-Cola, trazem ao ministério e às secretarias estaduais e municipais da saúde. Elas têm usado uma quantidade de água astronômica. Para produzir uma garrafa de 600 ml do refrigerante, gasta-se em torno de 35 litros de água, segundo o que foi averiguado pelo O Joio e o Trigo a partir de um relatório da empresa feito em 2010. Não é coincidência que essas empresas estejam disputando o controle de fontes e de territórios hidricamente abençoados, como a Serra da Moeda, em Minas Gerais. Fora do Brasil, os casos também se sucedem e tendem a ficar mais dramáticos com a piora da situação do clima.

Os resultados: água mais rara e cara para a população, que precisa se defender na justiça para não ser vítima de sede em meio a locais que sempre foram plenos desse líquido vital. E, além da sede e da carestia, temos a contaminação química que acompanha a produção das bebidas. Além dos microplásticos das garrafas descartáveis, temos as substâncias nada inocentes, contidas nas fórmulas dos produtos, desfilando por rios e mares, e chegando às nossas torneiras. Ponto para o adoecimento das pessoas e do planeta.

E tudo isso com fartas isenções de impostos, como denunciado pela campanha Mamata dos Refrigerantes e pela plataforma Doce Veneno, iniciativas de organizações sociais que fazem parte da Aliança Pela Alimentação Adequada e Saudável, em sua luta constante pela regulação desse mercado bilionário. A batalha atual é para que esses produtos sejam taxados como danosos na Reforma Tributária, passando a se enquadrar em uma alíquota do imposto seletivo condizente com o mal que causam.

Desafio pesado como o bolso dessas gigantes corporativas: o lobby delas jogou duro para tentar emplacar uma taxa que teria como teto míseros 2%, o que ampliaria as isenções atuais, como revela a nota técnica Tributação anti-seletiva? O caso excêntrico da indústria de refrigerantes no Brasil. Mas, para mostrar que a sociedade não está mais aceitando engolir em seco esses abusos, houve uma reação vigorosa das organizações ativistas e a proposta foi derrubada.

Segundo Paula Johns, diretora da ACT, trata-se de um marco histórico: "É a primeira vez que uma proposta de regulação de alimentos ultraprocessados foi votada no plenário de uma das Casas do Legislativo federal. Uma vitória maiúscula da Saúde Pública", comemora. É isso aí, é preciso celebrar o

feito, pois quem jurava que essas corporações são invencíveis caiu do cavalo. Agora é aproveitar que estamos no embalo e lutar para botar um fim nessa mamata financeira de vez.

Olhando por um ângulo que não seja meramente economicista, sabemos que os prejuízos financeiros até podem ser computados, mas há valor estimado para o sofrimento que um câncer gera em um ser humano, muitas vezes, quando ainda é uma criança? E aqui chegamos em um outro tipo de valoração, pois a destruição de nossa saúde e de nossos ecossistemas significa muito mais do que um número numa planilha. Significa a possibilidade de seguirmos vivendo ou não com condições minimamente viáveis.

Se as receitas natalinas já trazem uma forte herança colonial, enchendo as mesas brasileiras com comidas típicas do inverno (estação que ocorre nessa época no norte global), como nozes e frutas secas, a entrada de UPPs nas ceias trazem uma perda da nossa cultura alimentar ainda mais sensível. Haveria valor em dinheiro que pudesse indenizar esse apagamento?

Papai Noel e suas Noeletes

Por falar em apagamento, estamos assistindo a uma onda de misoginia avassaladora. As manifestações de ódio contra as mulheres têm crescido e os casos de feminicídio vêm chocando o país, o que gerou uma grande mobilização e expôs uma ferida que muita gente fingia não ver. Mas, afinal, o que nutre a forma discriminatória com a qual os homens enxergam o sexo feminino hoje?

A objetificação das mulheres é algo que está na base da sociedade patriarcal disseminada pela cultura do ocidente. Foi com muito suor e sangue derramado que nós conseguimos conquistar direitos e espaços de participação em países latino-americanos, como o nosso. Mas essas conquistas, além de insuficientes, estão sempre sob ameaça, como vemos na perseguição a lideranças políticas e acadêmicas femininas e nos índices de violência doméstica e sexual.

E eis que chegam as Caravanas da Coca com seu Papai Noel típico, um senhor branco idoso, recebido como um rei pela população. Para acompanhar essa figura endeusada, temos uma demonstração da sociodiversidade brasileira: duendes pardos e negros e jovens mulheres conhecidas como Noeletes. São ajudantes do bom velhinho, cercando-o de reverência, como devemos fazer com quem é famoso, poderoso, respeitado.

As diferenças da cor da pele e da idade não são aleatórias e revelam bem a lógica do capital. A seleção dessas pessoas já deixa tudo explícito: quem quiser ser Papai Noel tem que ter mais de 55 anos e quem quiser ser Noelete tem que ter até 35 anos. Fica a questão: o que faz uma Noelete para ter que ser assim jovem? Ela deve somente orbitar em torno do senhor da cena, ajudar nas tarefas que ele tiver que fazer e embelezar o show com sua juventude e sua solicitude. Mulher serve para quê, né?

Além de reforçar estereótipos, discriminações e preconceitos, o que essas jogadas publicitárias como as Caravanas de Natal fazem, ao posicionar desse modo seus e suas personagens nas apresentações ao público, é criar uma contradição no imaginário das pessoas. Ali, reluzindo nos caminhões, estão moças esbeltas, cheias de energia, transmitindo a ideia de corpos e mentes saudáveis. É o oposto do padrão que o consumo diário de Coca-Cola gera, como já vimos anteriormente.

Quanto mais cresce a distância entre a fantasia exibida no show e a realidade vivida no chão, mais a população sofrerá com a ansiedade de desejar algo que nunca vai conseguir. É esse desejo insaciável que impulsiona o consumo material de produtos criados e anunciados pelas corporações, como os refrigerantes famosos, bem como o consumo imaterial dos símbolos e valores vinculados a esses produtos e à sua publicidade, como é o caso do próprio espetáculo.

Caravanas saborosas

Na minha mente, não há nada mais destoante do que uma fila de caminhões revestidos com uma decoração típica de uma região que é absolutamente gelada, ao ponto de nevar, chegando em uma cidade em que as temperaturas estão ao redor dos 30 graus. Nada nesse desfile me parece dialogar com as tradições culturais e a natureza das regiões visitadas. Uma lástima, já que as Caravanas da Coca percorrem regiões tão singulares do nosso país e de outros países.

No entanto, existem outras possibilidades de participar de uma caravana. Um exemplo que podemos dar é de uma iniciativa do Instituto Pólis que leva habitantes paulistanos para conhecer as hortas urbanas e periurbanas do município. Chamadas de Caravanas Agroecológicas de São Paulo, essas vivências se baseiam em uma metodologia desenvolvida pelos movimentos agroecológicos, na qual quem planta é protagonista e pode partilhar seus saberes. Elas conectam as pessoas que moram na urbe com os espaços verdes e produtivos da cidade e com ideias bem diferentes das que circulam na mídia corporativa.

Ao chegar nas hortas agroecológicas que fazem parte do circuito de uma dessas jornadas, podemos experimentar um pouco do universo rural sem sair de uma metrópole ultra-urbanizada como Sampa. Podemos descobrir alimentos que não conhecemos. Podemos até colher algo fresquinho, direto da terra, livre de venenos, transgênicos e fertilizantes químicos à base de petróleo. Podemos sentir sabores que variam bastante de acordo com o local e o momento, em oposição aos sabores padronizados das bebidas produzidas pelas mega empresas alimentícias.

Ao longo deste artigo, convidamos as pessoas a se descolarem da Coca-Cola no Natal. Parece uma missão impossível para você? Que tal, ao invés de levar sua família para o desfile de caminhões invernais (para não dizer infernais), vocês visitarem uma roça urbana, um assentamento da Reforma Agrária, uma aldeia indígena? Vocês podem trazer para casa frutos e hortaliças da época, para fazer uma ceia natalina em sintonia com nosso clima, nossa natureza e nossas raízes culturais.

Na mesa, no lugar das horríveis garrafas PET de Coca, poderiam ter garrafas de vidro com água aromatizada com pedacinhos de ervas frescas ou de frutas nativas, como abacaxi e maracujá. Elas ficam coloridas, enfeitam o ambiente, saciam a sede de verdade e nos lembram que não precisamos gastar nosso dinheiro suado com produtos artificiais que fazem tão mal aos nossos corpos, às nossas emoções, à nossa sociedade, à nossa cultura alimentar e à nossa Pachamama, tão pouco reverenciada em um mundo em que homens brancos poderosos agem como reis ou deuses, decidindo o que nos cabe como civilização.

E é mesmo necessário caprichar nas ceias deste período, tendo fartura de alimentos agroecológicos, para dar a energia necessária às lutas que teremos seguramente que travar nos próximos meses. Batalhas que irão se intensificar com a chegada das eleições majoritárias, o aumento dos fenômenos climáticos extremos e a disputa pelo imaginário popular em tempos de redes digitais e inteligências artificiais.

Lutas que serão ainda mais acirradas porque - pela primeira vez - um brasileiro assumirá a presidência executiva mundial da empresa, colocando nosso país no olho do furacão. E isso ocorre justamente no ano em que a Coca-Cola completará 140 anos do primeiro copo consumido de sua bebida-símbolo. Para coroar a ironia dessa história, ele foi servido em 1886 justamente no balcão de uma farmácia… o tipo de estabelecimento que muita gente que hoje consome a bebida é obrigada a frequentar.

Que a força dos povos ancestrais, que resistem secularmente ao modo de vida imposto pelo imperialismo, nos inspire nas confraternizações da virada de ano, atraindo as bênçãos da Mãe Terra, para agirmos com equilíbrio e determinação em 2026!

Ah, e não podemos deixar passar a chance de dizer em alto e bom som: Fora Coca-Cola!

Saber Funcional

O novo código CID para desnutrição em adultos e a inclusão de biodiversidade na mesa

Por Valéria Paschoal - VP Consultoria Nutricional

A adoção da CID-11, nova revisão da Classificação Internacional de Doenças, representa um avanço importante para a compreensão da desnutrição em adultos, ao trazer códigos específicos que permitem identificar e monitorar esse agravo de forma mais precisa. A desnutrição nessa faixa etária é um fenômeno muitas vezes invisibilizado, mascarado por rotinas exaustivas de trabalho, estresse socioeconômico, como inflação excessiva e baixo poder de compra, e dietas empobrecidas em nutrientes essenciais.

Ela não se limita à perda de peso severa: inclui quadros de “fome oculta”, quando o indivíduo consome calorias suficientes, mas carece de micronutrientes fundamentais para o funcionamento adequado do organismo.

Esse cenário se agrava diante de um sistema alimentar baseado em ultraprocessados, baixa variedade e pouca presença de alimentos frescos. A fome oculta afeta energia, imunidade, saúde mental, produtividade laboral e qualidade de vida — aspectos centrais para a população adulta ativa. Ampliar o repertório alimentar, diversificar fontes nutricionais e fortalecer a conexão com os territórios são estratégias fundamentais. É nesse ponto que entram os alimentos da sociobiodiversidade brasileira e as Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC), que oferecem densidade nutricional elevada, alto potencial funcional e, muitas vezes, grande resistência climática, sendo importantes para a segurança alimentar em um país de dimensões e desigualdades tão amplas.

O aproveitamento integral dos alimentos — cascas, talos, folhas e sementes — completa essa chave de transformação, reduzindo desperdício e ampliando o aporte de fibras, vitaminas e fitoquímicos. Ao incluir alimentos da biodiversidade e PANC na rotina, aliando-os a práticas culinárias sustentáveis, o adulto brasileiro amplia o acesso a nutrientes essenciais, diminui custos, valoriza saberes tradicionais e contribui para um sistema alimentar mais resiliente. Com a CID-11 iluminando a desnutrição adulta, o Brasil tem a oportunidade de fortalecer políticas públicas e práticas cotidianas que enfrentem a fome não apenas como falta de comida, mas como ausência de qualidade nutricional, equidade e sustentabilidade.

O conhecimento sobre os alimentos da biodiversidade brasileira é uma chave central, mas ele só se torna realmente transformador quando chega à cozinha e se materializa em práticas culinárias acessíveis. A Mandioca, por exemplo, demonstra como técnicas tradicionais carregam potência nutricional e cultural: quando é pubada, passa por um processo natural de fermentação que melhora sua digestibilidade, aumenta a disponibilidade de nutrientes e confere uma textura singular a preparações como beiju, bolos e pães. A farinha de puba, além disso, é uma alternativa rica e saborosa para substituir a farinha de trigo em receitas, especialmente para pessoas que buscam diversificar a alimentação ou reduzir o consumo de refinados. São saberes ancestrais que, quando reconhecidos, podem ajudar a enfrentar a fome de forma criativa e sustentável.

O mesmo vale para frutos e plantas que, apesar de abundantes, ainda são subutilizados no país. Todos os anos, toneladas de Cambuci — uma fruta nativa da Mata Atlântica — são desperdiçadas, embora possua aroma potente, acidez equilibrada e grande versatilidade culinária, podendo gerar sorvetes, geleias, caldas e até molhos para pratos salgados.

A Ora-pro-nóbis, conhecida por sua alta concentração proteica e excelente teor de fibras, pode ser incorporada a bolinhos, refogados e massas, enriquecendo preparações simples com grande densidade nutricional. Já o Buriti, quando desidratado, transforma-se em um snack funcional riquíssimo em carotenoides, sendo uma alternativa nutritiva e ambientalmente alinhada a contextos de extrativismo responsável. Incorporar essas técnicas dietéticas no cotidiano coloca a biodiversidade na mesa, fortalece economias locais e amplia a autonomia alimentar das famílias, tornando a luta contra a fome uma prática que nasce dentro da cozinha brasileira.

Dito isso, uma excelente opção para se refrescar no verão é o sorvete de Cambuci. Além de muito prático, é muito palatável:

Sorvete de Cambuci

Ingredientes:
2 Bananas congeladas
3 Cambucis congelados
1 punhado de castanha de caju
2 colheres de sopa de Mel

Modo de Preparo: No liquidificador ou processador bata as castanhas. Adicione, e bata junto com as castanhas, as bananas e os cambucis sem a casca. Adicione o mel e misture tudo. Em seguida, coloque a massa do sorvete em um recipiente de vidro e pronto. Uma sobremesa deliciosa valorizando a nossa biodiversidade!

Já Mudou!

MPA assume a Coordenação da Coordenadoria Latino-Americana de Organizações Rurais - CLOC

Por MPA

Em entrevista especial ao TV MPA, de terça-feira, dia 15 de dezembro, Anderson Amaro fala sobre os desafios de assumir tão importante e estratégica função neste momento tão conturbado para as forças de esquerda e progressistas da América Latina e Caribe.

O VIII Congresso da Coordenadoria Latino-Americana de Organizações Rurais – Via Campesina (CLOC-VC), realizado em Oaxtepec, estado de Morelos, no México, realizado entre os dias 1º e 10 de dezembro, com a participação de cerca de 400 delegadas e delegados, representantes de 21 países da América Latina e do Caribe, com um total de 96 organizações rurais, elegeu a sua nova coordenação, tendo à frente no cargo de secretário geral Anderson Amaro, o coordenador nacional do Movimento dos Pequenos Agricultores.

"Diante das crises globais, construímos a Soberania Alimentar: contra o fascismo e o imperialismo, a América continua a luta", foi o lema adotado pelo Congresso. As atividades no âmbito do Congresso começaram em 2 de dezembro com a 1ª Assembleia da Diversidade da CLOC, seguida pela 6ª Assembleia da Juventude no dia 3 e pela 7ª Assembleia das Mulheres entre 4 e 5 de dezembro na Cidade do México.

Merecem destaque também o Segundo Congresso da Criança, um encontro para meninas e meninos que promove a organização, a conscientização sobre direitos e a formação para um mundo mais justo; e a Primeira Feira Agroecológica, para a troca de produtos e artesanato, onde foram compartilhados itens como milho, feijão e artesanato de comunidades camponesas e indígenas, promovendo um espaço para a troca de produtos diante do avanço do comércio corporativo.

Inspirando-se na memória de mais de 500 anos de resistência camponesa, negra, indígena e popular, a CLOC afirmou que o 8º Congresso busca desenvolver propostas políticas que lhes permitam disputar o futuro de seu povo, declarando: "Nosso povo não está predestinado à dependência ou à dominação". Parte dessa história é a Revolução Mexicana, cujo legado esteve presente na abertura do Congresso por meio das palavras de Jorge Zapata González, neto de Emiliano Zapata.

Neste Congresso, mais dez organizações se juntam à CLOC-Vía Campesina, incluindo as quatro organizações anfitriãs do México: Coordinadora Nacional Plan de Ayala (CNPA), Movimiento Social por la Tierra (MST), Unidad de la Fuerza Indígena y Campesina (UFIC) e Central Independiente de Obreros Agrícolas y Campesinos José Dolores López Domínguez (CIOAC-JDLD).

A Cloc é vinculada à Via Campesina que atua há 32 anos em mais de 80 países e representa mais de 200 milhões de pequenos agricultores em todo o mundo. A formação da Via Campesina tem raízes na Cloc, que surgiu antes da Via Campesina, reunindo diversas organizações camponesas, indígenas e afrodescendentes em resistência na "Campanha Continental 500 Anos de Resistência Indígena, Negra e Popular", eventos entre 1989-1992, em encontros na Colômbia, Guatemala e Nicarágua.

Em entrevista especial ao TV MPA, de terça-feira, dia 15 de dezembro, Anderson Amaro fala sobre os desafios de assumir tão importante e estratégica função neste momento tão conturbado para as forças de esquerda e progressistas da América Latina e Caribe.

Para ele, a CLOC é uma organização antipatriarcal, anticapitalista e antifascista e que tem o horizonte socialista como foco principal. Ele alerta sobre o avanço do fascismo e da extrema-direita na América Latina, citando exemplos recentes como Honduras, Chile e Bolívia.

E para combater essa ameaça, a mensagem propõe: fortalecer a organização e a coordenação regional, intensificar a formação e o compartilhamento de informações e manter e impulsionar as lutas sociais, adaptando-as às realidades de cada país, tendo por objetivo é fortalecer a articulação e a resistência na América Latina e Caribe.

Anderson resume a importância da Via Campesina e da Cloc na luta pelos direitos dos camponeses, com foco em agroecologia, sementes como patrimônio e produção de alimentos saudáveis. Destaca a influência mútua entre as organizações e a articulação global, exemplificada pela luta pela Declaração dos Direitos Camponeses (UNDROP) na ONU. "Essa declaração é uma ferramenta crucial para defender

direitos como acesso à terra, moradia, água, biodiversidade e respeito mútuo, com foco nos camponeses, mulheres e jovens", diz, ao enfatizar a atuação global da Via Campesina e Cloc na defesa desses direitos e na busca por um campesinato mundial fortalecido, com foco em acesso à terra e produção de alimentos saudáveis.

Em sua mensagem final, Anderson Amaro destaca a importância da unidade interna e externa, a participação em articulações continentais e a retomada de processos antes engavetados, mas que agora estão sendo conquistados. O objetivo, segundo ele, é avançar em 2026, fortalecendo a convergência de movimentos e renovando a esperança, do verbo esperançar, na construção de um mundo melhor, evitando a letargia e promovendo o "reencantamento" de nossas propostas junto ao povo brasileiro, latino-americano e caribenho.

Vamos Mudar?

Agrotóxicos atingem população já em vulnerabilidade, diz especialista

Por Camila Bohem da Agência Brasil

A contaminação por agrotóxicos no Brasil atinge uma população em alta vulnerabilidade, considerando os recortes de gênero, raça e território. A avaliação é da arquiteta e urbanista Susana Prizendt, integrante da Campanha Permanente Contra os Agrotóxicos e Pela Vida (CPCAPV) e do coletivo MUDA-SP.

Segundo ela, esse é um perfil da população que também é submetida à fome e à insegurança alimentar no país. "Se a fome tem gênero, tem raça e tem endereço, o veneno também."

"Quem tem entrado em contato com os venenos, com maior intensidade, são os povos descendentes de negros e de indígenas que estão trabalhando nos campos, nas grandes fazendas, mesmo nas pequenas propriedades que ainda usam agrotóxico. São essas pessoas que também não têm acesso ao alimento agroecológico", afirmou Prizendt.

A declaração foi dada durante homenagem ao cineasta Sílvio Tendler, após a exibição de seu documentário *O Veneno Está na Mesa II*, durante o São Paulo Food Film Fest 2025.

Tendler morreu aos 75 anos, em 5 de setembro deste ano. Documentarista premiado, com uma centena de títulos, ele se notabilizou por sua cinematografia de cunho político e histórico.

O filme mostra que, enquanto conglomerados de empresas concentram lucros exorbitantes no setor de alimentos, os trabalhadores rurais, populações próximas a plantações e consumidores sofrem as consequências do uso de agrotóxicos, inclusive acima dos índices recomendáveis.

Tendler produziu também filmes sobre grandes nomes como *Josué de Castro - Cidadão do Mundo (1994)*, médico e filósofo que foi um ativista no combate à fome. **Castro é autor das obras** *O problema da alimentação no Brasil*, *Geografia da Fome* e *Geopolítica da Fome*.

Prizendt lamenta ainda a falta de uma ampla oferta dos alimentos sem veneno.

"Muitos lugares simplesmente não têm opção [de consumir alimentos livres de agrotóxicos]. Mal tem opção de alimento in natura, porque agora os ultraprocessados estão tomando praticamente todo o espaço. Agora você tem só esse monte de coisa embalada", disse.

Ultraprocessados

Uma série de **artigos publicados por mais de 40 cientistas**, liderados por pesquisadores da Universidade de São Paulo (USP), mostrou que a participação de ultraprocessados na alimentação dos brasileiros mais que dobrou desde os anos 80, passando de 10% para 23%.

As publicações reforçam que o aumento no consumo desses alimentos não é culpa de decisões individuais, mas responsabilidade das grandes corporações globais. De acordo com os autores, essas empresas utilizam ingredientes baratos e métodos industriais para reduzir custos, e impulsionam o consumo com marketing agressivo e designs atraentes.

"E, para quem pensa que os alimentos in natura são os únicos que têm venenos, têm resíduos de venenos, a gente tem pesquisas feitas pelo Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor [Idec] mostrando

que os alimentos industrializados - como biscoito recheado, bisnaguinha, requeijão - também tem resíduos agrotóxicos", mencionou Prizendt.

O estudo conduzido pelo Idec, que analisou 27 alimentos ultraprocessados, constatou que 59,3% deles continham resíduos de pelo menos um tipo de agrotóxico. Todos os produtos analisados que tinham trigo como ingrediente continham agrotóxicos.

A **pesquisa** ***Tem Veneno Nesse Pacote*** investigou diferentes categorias de alimentos e encontrou agrotóxicos nas seguintes: bebidas de soja, cereais matinais, salgadinhos, bisnaguinhas, biscoito água e sal e bolacha recheada. Além disso, o Idec manifestou preocupação pela presença de agrotóxicos em alimentos destinados ao público infantil.

Brotar é Preciso

Para ajudar a desinflamar, vá de Vitamina da LUA - receita que provoca uma reengenharia na saúde

Por Conceição Trucom - Doce Limão

Esse tema dá ibope, mas porque é papo sério. Importante informar sobre os alimentos que são funcionais no propósito de não serem pró-inflamatórios, mas ao contrário, entram no organismo para APAGAR INCÊNDIOS, que se continuados, vão debilitar o sistema imunológico, causar disbioses e infecções...

E a vibe do Doce Limão é mesmo de saúde pública, não só alertando, explicando de forma aprofundada, mas também com receitas práticas e muito funcionais.

Esta receita está em vários dos meus livros, que chamo de Vitamina da LUA, porque ela provoca uma reengenharia celular e sistêmica da nossa saúde. Impactando inclusive o nosso emocional, qualidade do sono e saúde mental.

Vamos aos ingredientes:

- 4 colheres (sopa) de semente de linhaça (marrom ou dourada): brevemente lavada em uma peneira. Depois passar para um bol e acrescentar 1 xícara (chá) de água filtrada (solarizada e/ou magnetizada). Deixar hidratando por 8 a 16 horas.
- 2 xícaras (chá) de água filtrada (solarizada e/ou magnetizada) para a batida no liquidificador.
- Suco fresco de 1 limão médio.
- 1 colher (sopa) de açafrão da terra (cúrcuma) fresco e ralado (ou 1 colher de sobremesa dele em pó).
- 1 colher (café) de pimenta da Jamaica em pó (ou uma pitada de pimenta do reino preta)

Preparo: Colocar no liquidificar a linhaça hidratada (não precisa lavar ok?), metade da água de batida. Bater bem até que toda a semente tenha sido triturada e virado um leite espesso. Se necessário, caso seu liquidificador não seja tão potente, acrescente toda a água de batida.

Se desejar tirar a pele, esta é a hora de passar por um coador de voil, lavar o copo do liquidificador e voltar o leite coado para bater com os demais ingredientes.

Passar para uma garrafa de vidro (com tampa) e tomar 1 copo imediatamente (idealmente pela manhã em jejum ou na quebra do jejum intermitente) e os demais copos ao longo do dia... sempre uns 30 minutos antes das refeições principais.

Semeando

Mutirão do Permaperifa, abertura da GOMO COP, novas publicações, vídeos e podcasts na área!

Destaques

- A Rede Permaperifa e o Sítio Adalgiza e Manoel (Parelheiros, SP) convidam para um mutirão comunitário cheio de aprendizado, trocas e vivências! Vamos juntos erguer um tanque de superadobe e

preparar os canteiros da horta, utilizando técnicas de bioconstrução e agrofloresta. Dias 31 de janeiro e 1 de fevereiro, das 8 às 16 horas. Informações aqui.

- A abertura da Gomo Coop está chegando! Para o público geral, a inovadora loja-cooperativa abre a portas no dia 6 de janeiro. Antes disso, porém, será realizada uma abertura-teste entre 16 a 23 de dezembro, exclusiva para cooperantes, que buscará testar o funcionamento das primeiras compras. Quer fazer parte desta construção coletiva? Torne-se um cooperante aqui.

- Video cast Conexão SindiNutri-SP debate vício em apostas e segurança alimentar. O episódio discute como a ludopatia virou uma questão alarmante de saúde pública no Brasil, impactando renda, trabalho e acesso à alimentação. O programa também destaca o papel do SUS, das empresas e da educação financeira na prevenção.

- Vem aí o Encontro Nacional de Militantes nos 30 anos do MPA**.** De 11 a 14 de maio de 2026, em Brasília, o Movimento dos Pequenos Agricultores reúne cerca de mil militantes para celebrar três décadas de luta camponesa, formação política e construção da soberania alimentar. Acompanhe aqui.

- Participe da Conferência Livre de Educação, Arte e Cultura dos Territórios**.** O encontro virtual acontece nos dias 27 e 28 de janeiro e reúne povos do campo, das águas e das florestas, educadores e artistas para escuta e construção coletiva de políticas públicas a partir dos territórios. Inscrições aqui.

Podcasts, filmes e mais

- No delicioso mini-documentário "O que é a Cozinha das Tradições?"**,** conheça o projeto *Cozinha das Tradições*, um coletivo que valoriza e revive memórias culinárias e tradições gastronômicas, conectando pessoas e histórias por meio da comida.

- Debate Após a COP30: caminhos para a transição dos sistemas agroalimentares reflete sobre os desdobramentos da COP30 para a segurança alimentar, a sustentabilidade e a justiça climática, com foco em sistemas mais resilientes e de baixo carbono. A realização é do INCT Combate à Fome e da Rede Saúde Planetária Brasil.

- Larissa Bombardi é a entrevistada do último Elefante na Sala, podcast da editora Elefante. A pesquisadora fala sobre como a sociedade tem tratado o assunto dos agrotóxicos, e como a indústria tenta silenciar vozes que a denunciam - como a dela própria, que teve que sair do Brasil por conta de seu trabalho.

- Outro podcast imperdível é "O óleo que virou plástico", do Prato Cheio. O episódio é um mergulho nas origens do plástico, e o que isso tem a ver com a dominação dele sobre outros materiais, incluindo o desproporcional investimento que esse material recebe de governos.

- E não perca o episódio "Picaretagens para Adiar o Fim do Mundo", do podcast Ciência Suja. Com entrevistas e análise dos bastidores da COP30, o ep. explora um tema candente: como grandes poluidores usam promessas de soluções tecnológicas (como geoengenharia ou carne de laboratório) para desviar a atenção da urgência climática real.

Livros, guias e relatórios

- A 26ª edição do livro Direitos Humanos no Brasil traz análises sobre temas como educação, cultura, trabalho, economia, meio ambiente, justiça climática, direitos das mulheres, povos indígenas e comunidades camponesas. Acompanhe a transmissão no YouTube. Baixe o livro no site da Rede Social de Justiça e Direitos Humanos.

- O que são tecnologias de Afrobrasilidades na alimentação? Essa pergunta é a convocação proposta no livro Gastronomia-Encruzilhada, de Lourense Alves, em pré-venda pela Editora Oriki. A obra é um mergulho nos modos quilombolas, na sabedoria dos quintais, e nos saberes das comidas de terreiro. Para pensar a alimentação brasileira para além da lógica colonial.

- Outra obra em pré-venda é Capitaloceno: uma história radical da crise climática, de Francisco Serratos e tradução de Reginaldo Pujol Filho (Editora Elefante). O livro reconta a crise do clima a partir de seus eventos-chave, do nascimento do capitalismo à expansão do agronegócio, e outros marcos atuais. Leitura essencial em tempos de "queda do céu".

- E por falar nisso, o que acontece com o que "jogamos fora" é a história devendada pelo livro As guerras do lixo, de Alexander Clapp (Editora Zahar, e tradução de Berilo Vargas). Nele, o autor revela como os resíduos dos países ricos viraram um negócio bilionário, movido por clandestinidade, desigualdade, silêncio político e danos ambientais. Para entender o lado invisível (e neocolonial) do consumo.

- Ao lado de representantes da OMS e dos programas das Nações Unidas para alimentos, pesquisadores do Núcleo de Pesquisas Epidemiológicas em Nutrição e Saúde da Universidade de São Paulo (Nupens/USP) lançaram um guia que reforça os malefícios dos alimentos ultraprocessados. Baseado na série que a revista The Lancet publicou em dezembro, o trabalho traz linguagem didática e se pretende ser uma ferramenta de combate ao big food. Saiba mais neste artigo de Outras Palavras

- Contra ultraprocessados, comida de verdade e reaproveitamento! Essa é a ideia de dois ebooks lançados esse mês. No livro Legumes e Verduras – Onde Eles Nascem? (USP)**,** as crianças aprendem a conhecer e gostar de comidas saudáveis, longe das famosas "porcarias". E no lindo Receitas Natalinas com Aproveitamento Integral**,** do Banco de Alimentos, temos a oportunidade de fazer da ceia natalina um gesto de amor pelo planeta, com pratos deliciosos, conscientes e sem desperdício.

Artigos, reportagens e textos científicos

- Supremacia branca, monocultura e colapso climático **é o título do** artigo de Fabio Zucker, Lia Shucman e Willamys Melo (2025), que analisa como a lógica colonial do "uno" articula branquitude, monocultura e destruição ambiental. O trabalho revela vínculos entre processos genocidas e ecocidas e/na crise climática atual, e é leitura obrigatória para entender como o passado se reedita nos sistemas agroalimentares de hoje.

- O artigo Agrotóxicos: colonialismo químico e ameaça à saúde, de Guilherme Arruda (Outras Palavras), dá conta do conceito que denuncia a lógica perversa que permite ao agronegócio usar no Brasil substâncias proibidas no Norte Global, enriquecendo multinacionais enquanto adoece e mata brasileiros. Para enteder as ideias de Larissa Bombardi, criadora do conceito.

- Falando nisso, haja "esperançar"! De um lado, a despublicação, depois de 25 anos, de um artigo científico que garantia a segurança do glifosato – um dos agrotóxicos mais usados no mundo, e responsável por diversos danos ambientais e para a saúde humana. Do outro, o anúncio de que o Brasil bateu um novo recorde na liberação de agrotóxicos em 2025, com 725 novos produtos autorizados**,** quase 10% a mais que em 2024. Entre a saída do que nunca deveria ter entrado, e o nosso "museu de grandes novidades do veneno", seguiremos lutando em 2026!

- E seguiremos mesmo… A crise climática é uma crise de direitos humanos, e garantir alimentação adequada e saudável significa garantir justiça social e ambiental. Esse é o manifesto da Aliança pela Alimentação Adequada e Saudável, que reverbera o grito dos povos na COP30: a transformação só será possível com ação e mobilização social. Leia aqui

- Justiça climática como caminho é também o grito que ecoa em Conviver com os territórios: a agroecologia que povoa o Brasil**,** carta política do 13º Congresso Brasileiro de Agroecologia. O documento reafirma a agroecologia como caminho para a justiça climática, a convivência com os territórios e a união de saberes científicos e populares em todo o país.

- E dá-lhe agroecologia nesse artigo de Antonio Peche Filho para o EcoDebate. Nele, o autor dá conta de uma dimensão essencial do debate sobre transição agroecológica: a agroecologia como uma "ruptura cognitiva", em que se busca uma reestruturação profunda das relações natureza-sociedade para além da implementacão de técnicas e tecnologias.

- Pra fechar com mais luz no fim do túnel, leia o artigo O papel das cozinhas solidárias em um projeto nacional*, de Glauco Faria para o Outras Palavras. O autor defende que as* cozinhas solidárias se tornaram espaços de organização popular e política, para além do trabalho de combate à fome, mas que se potencial ainda precisa ser melhor explorado.

Mapeamentos, relatórios e pesquisas

- O IBGE acaba de lançar a publicação O Brasil Indígena**,** que reúne dados inéditos do Censo 2022 sobre a população originária sobre sua diversidade, línguas, condições de vida e presença territorial. Fruto de uma parceria com MPI, Funai e UNFPA, o material se projeta como base histórica para o avanço de políticas públicas.

- Um estudo realizado em várias cidades paulistas mostra que restaurantes apenas para entrega, as chamadas "dark kitchens", misturam dinâmicas familiares e profissionais, levantando alertas sobre segurança alimentar e necessidade de apoio para operar com mais segurança**.** Leia mais em aqui.

- A ACT Promoção da Saúde completou 10 anos de em dezembro. Leia, nesta retrospectiva, um resumo dos principais fatos, eventos e campanhas das áreas de controle do tabaco, álcool e alimentação, focos do trabalho da organização que é referência no tema da saúde.

- E por falar em saúde, o Idec soltou em dezembro um estudo que mostra que proibir ultraprocessados nas escolas representa uma queda de 8,9% da obesidade infantil. É preciso reafirmar: proibir a venda de ultraprocessados e bebidas adoçadas nas cantinas escolares traria benefício imediato e palpável para a saúde das crianças. Confira aqui a pesquisa completa

Concursos, chamadas, cursos e editais

- Já estão abertas as inscrições para o 1º Concurso Nacional de Inventos para a Agricultura Familiar, uma iniciativa da Embrapa que valoriza a criatividade e a inovação camponesas com vistas à melhoria das condições de trabalho e renda da agricultura familiar e de povos tradicionais. Saiba mais, compartilhe e inscreva-se.

- O MDS acaba de abrir inscrições para o credenciamento de novas entidades gestoras do Programa Cozinha Solidária. A política pública criada em 2023 apoia iniciativas que transformam comida em cuidado, dignidade e proteção social. Saiba mais aqui.

- O curso técnico em Agroecologia do Pronera tem inscrições prorrogadas até 25 de janeiro. São 180 vagas gratuitas para assentados; acampados; beneficiários do Crédito Fundiário; e comunidades quilombolas. O formato é híbrido, com presencial nos campi da IFSP em Avaré, Boituva e São José dos Campos. Confira o edital e inscreva-se aqui.

- Chamada Aberta para Revista Móbile #29 – Tema: Água. O CAU/SP convida a sociedade a refletir sobre os desafios da água nas cidades, reunindo textos e expressões artísticas sobre sustentabilidade,

escassez, rios e clima. As submissões estarão abertas até o dia 7 de janeiro de 2026, veja aqui: https://bit.ly/ChamadaAbertaMobile29

Campanhas e mobilizações

- Vitória contra a mamata dos refrigerantes! A Câmara dos Deputados derrubou o teto de 2% no imposto seletivo sobre bebidas açucaradas, apesar da forte pressão da indústria. A mobilização da sociedade civil foi decisiva para essa conquista, e mostra a força e poder da sociedade articulada.

- E por falar em articulação, o coletivo Chega de Prédios está recolhendo assinaturas para um abaixo-assinado em defesa da preservação e proteção dos bairros da Vila Mariana e Aclimação, com repúdio à verticalização predatória e ao adensamento sem planejamento sério. Para saber como participar, acesse o post da @chegadepredios no Instagram.

- Pela primeira vez, alimentos adquiridos pelo PAA fizeram parte das cestas do Natal Sem Fome! Realizada há 32 anos, a campanha Natal Sem Fome, da Organização Não-Governamental Ação da Cidadania, teve um reforço histórico na edição de 2025. A maior desde a criação da campanha, ela contou com a doação de mais de 5 mil toneladas de alimentos produzidos pela agricultura familiar, adquiridos por meio do Programa de Aquisição de Alimentos (PAA), distribuídos a mais de dois milhões de pessoas por todo Brasil.

Cuidado: Veneno!

Ibama revela novo recorde de consumo de agrotóxicos no Brasil
Por Campanha Permanente Contra os Agrotóxicos e Pela Vida

Relatório divulgado no último dia 18 aponta um consumo total de 907.564 toneladas de ingredientes ativos de agrotóxicos; valor é recorde na série histórica

O Instituto Brasileiro do Meio Ambiente e dos Recursos Naturais Renováveis (Ibama) publicou no último dia 18 de dezembro os dados sobre vendas de agrotóxicos em 2024. De acordo com o decreto 4074/2022, as empresas de agrotóxicos são obrigadas a apresentar os Relatórios de Produção, Importação, Comercialização e Exportação, que são documentos autodeclaratórios.

O órgão recebeu 7.358 relatórios autodeclaratórios em 2024, enviados por 289 empresas detentoras de registro de produtos agrotóxicos e referenciando 6.100 diferentes marcas comerciais.

Sem nenhum espanto, o crescimento do volume comercializado foi astronômico: em relação a 2023, o aumento foi de 20,13%, chegando a 908 mil toneladas de ingredientes ativos de agrotóxicos, frente a 755 mil em 2023, um recorde na série histórica. Ingredientes ativos são os princípios ativos dos agrotóxicos.

Dos 10 agrotóxicos mais vendidos em 2024, 6 são proibidos na União Europeia: mancozebe (desde 2021), acefato (desde 2003), clorotalonil (desde 2019), atrazina (desde 2009), glufosinato (desde 2018) e s-metolacloro (desde 2013). Integram ainda a lista dos 10 mais vendidos o glifosato e a malationa, que assim como a atrazina são classificados como provavelmente cancerígenos pelo IARC/OMS.

Dados divulgados pelo Sindicato das Empresas de Agrotóxicos (Sindiveg) também apontam a trajetória crescente. De acordo com a entidade, em 2024 foram comercializadas 1,665 milhão de toneladas de produtos formulados, um aumento de 17% frente a 2023. O faturamento das empresas ficou estável em torno de U$20 bilhões, equivalente a R$110 bilhões de reais. Estas mesmas empresas deixaram de recolher R$25,8 bilhões somente entre janeiro de 2024 e fevereiro de 2025.

Confira aqui os gráficos organizados pela Campanha Contra os Agrotóxicos, e a nossa página de dados sobre agrotóxicos.