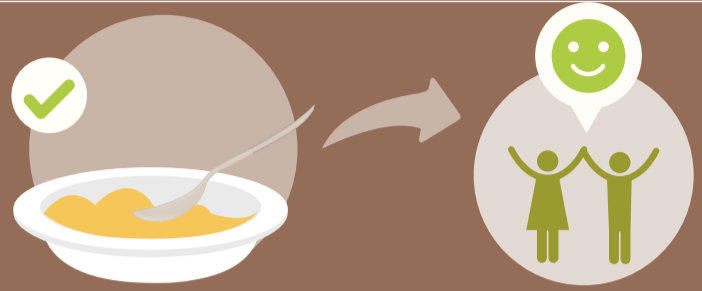


# AS LEGUMINOSAS CONTRIBUEM PARA A SEGURANÇA ALIMENTAR



## ENTENDENDO A SEGURANÇA ALIMENTAR

A segurança alimentar se define como: «uma situação que existe quando todos os seres humanos têm, a todo o momento, um acesso físico, social e econômico a uma alimentação suficiente, sã e nutritiva, que lhes permite satisfazer as suas necessidades energéticas e suas preferências alimentares para ter uma vida ativa e saudável».



## FATORES QUE AMEAÇAM A SEGURANÇA ALIMENTAR

### Crescimento Demográfico



A população mundial está crescendo rapidamente e a produção agrícola deve adaptar-se em conformidade, mas de uma forma sustentável.

### Má nutrição generalizada

Em muitos países a má nutrição é particularmente importante e grandes regiões desses países poderiam ser usadas para produzir leguminosas

Em muitos países, a carne, os laticínios e o peixe são uma fonte de proteína muito cara, sendo, portanto, economicamente inacessível para muitos.

### Perda e desperdício de alimentos

Nos países em desenvolvimento, a maioria das perdas ocorre durante a produção e o transporte.

Nos países desenvolvidos uma grande proporção de alimentos é desperdiçada na fase de consumo.

da produção alimentar para o consumo humano a nível mundial é perdido ou desperdiçado.

## COMO AS LEGUMINOSAS CONTRIBUEM PARA A SEGURANÇA ALIMENTAR

### Adequadas para ambientes marginais

As variedades resistentes à seca e com enraizamento profundo podem fornecer água subterrânea para as culturas vizinhas quando plantadas em sistemas consorciados.

Pessoas que vivem em ambientes áridos, onde a segurança alimentar representa um grande desafio, podem melhorar os seus sistemas de produção de uma maneira sustentável usando leguminosas adaptadas às condições locais.

### Fonte acessível de proteínas e minerais

Os pequenos agricultores podem produzir leguminosas como:

Culturas de rendimento, que são vendidas nos mercados.

Alimento para a comunidade de pequenos agricultores como uma fonte importante de acesso às proteínas.

As proteínas obtidas das leguminosas são significativamente menos caras quando comparadas com alimentos de origem animal.

### Baixo impacto no desperdício alimentar

As leguminosas podem ser armazenadas por longos períodos sem perder o seu valor nutricional e minimizando as perdas.

A proporção do desperdício alimentar das leguminosas causado por deterioração é muito baixa.



Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura



2016 ANO INTERNACIONAL DAS LEGUMINOSAS

#IYP2016 fao.org/pulses-2016

©FAO, 2016



C0063o/1/04.16