

GASTRONOMIA SUSTENTÁVEL: PRINCÍPIOS E PRÁTICAS PARA A REDUÇÃO DO IMPACTO AMBIENTAL E PROMOÇÃO DA JUSTIÇA SOCIAL

Natal de Oliveira Paes¹

Elisangela Aparecida Nazario Franco²

Resumo

A presente pesquisa analisa como os princípios e práticas da gastronomia sustentável podem contribuir para a redução do impacto ambiental e a promoção da justiça social no sistema alimentar. Por meio de uma revisão bibliográfica, o estudo aborda os principais conceitos e princípios da gastronomia sustentável, os impactos ambientais decorrentes do atual modelo de produção e consumo de alimentos e a relação entre sustentabilidade e equidade social. Os resultados demonstram que práticas como o uso de ingredientes orgânicos e locais, a redução do desperdício de alimentos, o manejo eficiente dos recursos naturais e a adoção de políticas de comércio justo são essenciais para a construção de um sistema alimentar mais equilibrado e ético. Evidencia-se que a gastronomia sustentável não se restringe à dimensão ambiental, mas integra aspectos econômicos e sociais, favorecendo o fortalecimento das economias locais, a inclusão produtiva e a valorização do trabalho digno. Conclui-se que a consolidação de políticas públicas e práticas colaborativas entre produtores, consumidores e gestores é fundamental para a transição rumo a uma alimentação mais sustentável e socialmente justa.

Palavras-chave: Gastronomia sustentável. Impacto ambiental. Justiça social. Sustentabilidade alimentar. Políticas públicas.

INTRODUÇÃO

A sustentabilidade na alimentação tem se consolidado como um tema central no debate global, diante da urgência em enfrentar os desafios ambientais e sociais contemporâneos. Nesse contexto, a gastronomia sustentável emerge como uma abordagem inovadora que integra princípios ecológicos e sociais ao sistema alimentar, propondo formas mais responsáveis de produzir, distribuir e consumir alimentos. Mais do que uma tendência, trata-se de uma necessidade frente aos impactos negativos gerados pelo modelo alimentar vigente.

Para Oliveira e Ferreira (2021), a gastronomia sustentável pode ser compreendida como um conjunto de práticas que busca minimizar os danos ao meio ambiente, ao mesmo tempo em que promove a equidade social. Corroborando essa perspectiva, Siqueira e Pedroso

¹ Estudante Curso Superior Tecnologia em Gastronomia do IFB Campus Riacho Fundo.

² Docente Curso Superior Tecnologia em Gastronomia do IFB Campus Riacho Fundo.

(2021) destacam que entre seus princípios fundamentais estão o uso de ingredientes orgânicos e de origem local, a redução do desperdício alimentar, o respeito à sazonalidade dos alimentos e a valorização de cadeias produtivas justas. Essas práticas, conforme argumentam os autores, não apenas contribuem para a preservação dos recursos naturais, mas também fortalecem a segurança alimentar e a dignidade dos trabalhadores do setor.

Os impactos ambientais do sistema alimentar convencional são profundos e abrangentes. A produção em larga escala está associada ao desmatamento, à contaminação do solo e da água por agrotóxicos, à emissão de gases de efeito estufa e à perda de biodiversidade. Rodrigues e Santos (2022) alertam que a agricultura intensiva e a pecuária figuram entre as atividades que mais pressionam os ecossistemas, exigindo soluções urgentes para mitigar seus efeitos. Nesse cenário, a transição para práticas como a agricultura regenerativa, o consumo consciente e o aproveitamento integral dos alimentos torna-se imprescindível.

Além da dimensão ambiental, a gastronomia sustentável também está intrinsecamente ligada à justiça social. Isso envolve garantir o acesso equitativo a alimentos saudáveis, promover condições dignas de trabalho e remuneração justa ao longo da cadeia produtiva, e fortalecer economias locais por meio do apoio a pequenos produtores e mercados de proximidade. Nesse sentido, Oliveira e Ferreira (2021) enfatizam que iniciativas como a agricultura urbana e certificações como o *Fairtrade* são exemplos concretos de como é possível alinhar produção alimentar com inclusão e cidadania.

A escolha deste tema justifica-se pela necessidade premente de transformar o sistema alimentar atual, que se mostra insustentável sob múltiplos aspectos. Estudos indicam que o setor alimentar é responsável por parcela significativa das emissões globais de gases de efeito estufa, além de ser um dos principais vetores do desmatamento e da perda de biodiversidade (Rodrigues; Santos, 2022). Paralelamente, persistem graves problemas sociais, como a fome, a má nutrição e as condições precárias de trabalho na cadeia produtiva. Silva e Mendes (2022) acrescentam que o desperdício de alimentos, em particular, representa não apenas uma perda econômica, mas também um grave problema ético e ambiental, uma vez que recursos naturais são empregados na produção de alimentos que não chegam a ser consumidos.

A gastronomia sustentável surge como um campo promissor para enfrentar esses desafios, na medida em que propõe a reconciliação entre prazer gastronômico, responsabilidade ambiental e equidade social. Siqueira e Pedroso (2021) observam que, embora haja crescente interesse por práticas sustentáveis no setor de alimentação, ainda persistem lacunas significativas na compreensão de como seus princípios podem ser

operacionalizados de forma eficaz e em escala. No mesmo sentido, Silva e Mendes (2022) apontam a necessidade de estudos que aprofundem o conhecimento sobre as barreiras e facilitadores para a adoção de práticas sustentáveis na cadeia alimentar.

Esta pesquisa justifica-se, portanto, pela oportunidade de aprofundar o conhecimento sobre essas práticas, sistematizando informações que possam subsidiar tanto a atuação de profissionais do setor quanto a formulação de políticas públicas. Ademais, a relevância social e acadêmica do tema é amplificada pelo crescente interesse da sociedade por práticas alimentares mais conscientes e pela demanda por soluções que integrem eficiência ambiental e justiça social, conforme destacam Oliveira e Ferreira (2021).

Diante desse panorama, esta pesquisa busca responder à seguinte pergunta: como os princípios e práticas da gastronomia sustentável podem contribuir para a redução do impacto ambiental e a promoção da justiça social no sistema alimentar? Para tanto, define-se como objetivo geral analisar essa contribuição, desdobrando-se na revisão e conceituação dos principais princípios da gastronomia sustentável, na identificação dos impactos ambientais do sistema alimentar e das formas de mitigação por meio dessa abordagem, na exploração da relação entre práticas sustentáveis na gastronomia e a promoção da justiça social, bem como na proposição de recomendações práticas para a adoção de tais práticas e para a formulação de políticas públicas voltadas à sustentabilidade alimentar.

Do ponto de vista metodológico, trata-se de uma pesquisa bibliográfica, baseada na revisão de literatura acadêmica recente sobre o tema. Serão analisados conceitos, teorias e estudos de caso que ilustram a aplicação dos princípios da gastronomia sustentável, com especial atenção aos trabalhos de Oliveira e Ferreira (2021), Rodrigues e Santos (2022), Siqueira e Pedroso (2021) e Silva e Mendes (2022), que fornecem o arcabouço teórico fundamental para esta investigação. A análise se limitará ao sistema alimentar, não abrangendo outros setores econômicos, e será conduzida exclusivamente a partir de fontes secundárias, sem a realização de entrevistas ou levantamentos primários.

2. CONCEITOS E PRINCÍPIOS DA GASTRONOMIA SUSTENTÁVEL

A gastronomia sustentável é uma abordagem que busca equilibrar o prazer de comer com a responsabilidade ambiental e social. Ela propõe um sistema alimentar baseado na harmonia entre a produção, a preparação e o consumo de alimentos, considerando o uso consciente dos recursos naturais e o respeito aos direitos humanos e trabalhistas. De acordo

com Siqueira e Pedroso (2021), essa perspectiva amplia o papel da gastronomia para além da técnica culinária, transformando-a em um campo estratégico de ação ambiental e de promoção da justiça social.

Os princípios fundamentais da gastronomia sustentável incluem o uso de ingredientes orgânicos e locais, a redução do desperdício de alimentos, o manejo eficiente dos recursos naturais e a adoção de práticas éticas e transparentes em toda a cadeia produtiva. Esses pilares estão alinhados aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), especialmente o ODS 2 — *Fome Zero e Agricultura Sustentável* — e o ODS 12 — *Consumo e Produção Responsáveis* — propostos pela Organização das Nações Unidas (ONU, 2015).

O uso de ingredientes orgânicos e locais é um dos eixos centrais dessa abordagem. Ingredientes orgânicos, por serem cultivados sem o uso de pesticidas e fertilizantes sintéticos, reduzem a contaminação do solo e da água, além de favorecerem a biodiversidade. A preferência por alimentos de origem local, por sua vez, reduz a pegada de carbono associada ao transporte e fortalece as economias regionais (Cunha & Saccol, 2021). Além disso, valorizar a sazonalidade dos alimentos promove o consumo de produtos mais frescos, nutritivos e adaptados ao ciclo natural da terra.

Outro princípio essencial é a redução do desperdício de alimentos, uma das maiores preocupações do sistema alimentar contemporâneo. Estima-se que cerca de 30% de toda a produção mundial de alimentos seja perdida ou desperdiçada ao longo da cadeia produtiva, representando não apenas uma perda econômica, mas também um agravamento dos impactos ambientais (Silva & Mendes, 2022). Estratégias como o planejamento de cardápios, a reaproveitamento de sobras, a doação de excedentes e a compostagem são práticas que transformam a gestão de resíduos em ações de sustentabilidade e responsabilidade social.

A eficiência no uso dos recursos naturais é igualmente relevante. O consumo consciente de água e energia deve ser incorporado a todas as etapas da cadeia alimentar — da produção agrícola ao preparo final das refeições. Rodrigues e Santos (2022) destacam que a adoção de tecnologias limpas, como irrigação controlada, energia solar e reaproveitamento de água, contribui para a mitigação das emissões de gases de efeito estufa e para a redução dos custos operacionais. A substituição de embalagens plásticas por materiais biodegradáveis ou reutilizáveis também representa um avanço importante para minimizar a poluição ambiental.

Por fim, a gastronomia sustentável preconiza a adoção de práticas éticas e justas ao longo da cadeia de suprimentos. Isso implica garantir condições dignas de trabalho, remuneração adequada e valorização dos pequenos produtores rurais. Iniciativas de comércio justo, como as certificações Fairtrade, asseguram que os produtores recebam preços justos e

atuem em ambientes seguros (Fairtrade International, 2020). Além disso, a inclusão social e a equidade de gênero são dimensões que fortalecem a justiça social e o desenvolvimento humano no contexto alimentar.

Diante disso, os conceitos e princípios da gastronomia sustentável convergem para a construção de um sistema alimentar baseado na responsabilidade compartilhada. Trata-se de uma prática que une sabor, cultura e ética, promovendo transformações significativas tanto na relação do ser humano com o alimento quanto na forma como a sociedade compreende o papel da alimentação no equilíbrio ambiental e social.

3. IMPACTO AMBIENTAL DO SISTEMA ALIMENTAR

O sistema alimentar global é um dos principais responsáveis pela degradação ambiental, abrangendo desde a produção agrícola até o consumo final. Estima-se que ele contribua com cerca de 30% das emissões globais de gases de efeito estufa, além de ser uma das maiores causas de desmatamento, perda de biodiversidade e poluição de solo e água (IPCC, 2019; FAO, 2021). A forma como os alimentos são produzidos, distribuídos e consumidos reflete diretamente nas mudanças climáticas e na disponibilidade dos recursos naturais. Essa realidade impõe a necessidade de repensar os modelos convencionais de produção, favorecendo práticas que conciliem produtividade e sustentabilidade.

A produção intensiva de alimentos, especialmente de origem animal, constitui uma das maiores fontes de emissões de gases de efeito estufa. A pecuária bovina, por exemplo, é responsável por uma grande parcela das emissões de metano (CH_4), um gás com potencial de aquecimento global aproximadamente 28 vezes maior que o dióxido de carbono (CO_2) (Springmann et al., 2019). Além disso, as práticas de confinamento de animais e o uso excessivo de rações industrializadas ampliam o consumo de energia e água, agravando os impactos ambientais. Alternativas como a agricultura regenerativa, a produção agroecológica e o incentivo a dietas baseadas em vegetais têm sido amplamente defendidas por pesquisadores como estratégias eficazes para reduzir as emissões e aumentar a resiliência do sistema alimentar (Lal, 2020).

Outro aspecto crítico está relacionado à expansão agrícola, frequentemente vinculada ao avanço do desmatamento em regiões tropicais, como a Amazônia e o Cerrado. O desmatamento não apenas contribui para a perda irreversível de biodiversidade, mas também libera enormes quantidades de carbono estocado nas florestas, intensificando o efeito estufa e comprometendo os ecossistemas (Oliveira & Ferreira, 2021). Modelos agrícolas sustentáveis,

como a agrofloresta, que integra árvores, culturas agrícolas e pastagens, representam alternativas viáveis, pois permitem o uso racional da terra, promovem a recuperação de solos degradados e reduzem a pressão sobre áreas de vegetação nativa (Lal, 2020).

A poluição do solo e da água também é um problema alarmante decorrente do uso indiscriminado de agrotóxicos, fertilizantes químicos e aditivos sintéticos. Esses produtos, embora ampliem a produtividade a curto prazo, comprometem a qualidade dos recursos hídricos, a fauna e a flora dos ecossistemas. Segundo Brown (2018), a contaminação por resíduos agrícolas afeta diretamente os sistemas aquáticos e ameaça a segurança alimentar global. Em contrapartida, a agricultura orgânica propõe a substituição de insumos sintéticos por alternativas naturais, como biofertilizantes, adubos verdes e controle biológico de pragas, promovendo um equilíbrio ecológico duradouro.

Além disso, a pegada ecológica do sistema alimentar é ampliada pelo uso intensivo de energia e transporte. A dependência de combustíveis fósseis em todas as etapas da cadeia, desde a colheita até o armazenamento e distribuição, contribui para o aumento das emissões globais de CO₂. Nesse contexto, o incentivo a cadeias curtas de abastecimento, com foco na produção e consumo locais, reduz significativamente a emissão de poluentes e fortalece a economia regional (Cunha & Saccol, 2021).

Portanto, mitigar o impacto ambiental do sistema alimentar exige uma transição urgente para modelos mais sustentáveis e circulares, capazes de integrar eficiência produtiva, conservação dos ecossistemas e responsabilidade social. A gastronomia sustentável surge como ferramenta essencial nesse processo, promovendo escolhas alimentares conscientes, valorizando ingredientes de baixo impacto ambiental e disseminando práticas que conciliam sabor, ética e sustentabilidade. Essa integração entre produção responsável e consumo consciente representa um passo fundamental rumo ao cumprimento dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável e à construção de um futuro alimentar mais equilibrado e resiliente.

4. RELAÇÃO ENTRE GASTRONOMIA SUSTENTÁVEL E JUSTIÇA SOCIAL

A justiça social constitui um dos pilares centrais da gastronomia sustentável, pois compreende que a alimentação é um direito humano fundamental e não um privilégio restrito. Essa perspectiva busca garantir condições equitativas para todos os atores envolvidos na cadeia alimentar — produtores, trabalhadores, comerciantes e consumidores —, assegurando o acesso a alimentos saudáveis, a valorização do trabalho e a distribuição justa dos benefícios

econômicos. Para Triches e Schneider (2020), o ato de alimentar-se deve ser entendido como uma prática social, cultural e política, que expressa as relações de poder e desigualdade presentes na sociedade.

Os trabalhadores agrícolas representam um dos elos mais vulneráveis dessa cadeia, frequentemente submetidos a condições precárias de trabalho, baixa remuneração e falta de reconhecimento profissional. A promoção de condições laborais justas, seguras e dignas é um requisito indispensável da gastronomia sustentável. Iniciativas como as certificações Fairtrade asseguram que os produtores recebam preços justos por seus produtos e atuem em ambientes de trabalho seguros e éticos (Fairtrade International, 2020). Além disso, programas de educação e capacitação profissional voltados para trabalhadores rurais e cozinheiros fortalecem suas habilidades técnicas e ampliam as oportunidades de geração de renda, contribuindo para o desenvolvimento social e a autonomia das comunidades.

A desigualdade no acesso a alimentos nutritivos é outro desafio relevante, intensificado por fatores como pobreza, exclusão territorial e concentração fundiária. Para superar essas barreiras, é necessário fortalecer políticas públicas e práticas locais que aproximem a produção do consumo, favorecendo a segurança alimentar e nutricional. A promoção de mercados locais, feiras de produtores e agricultura urbana tem se mostrado eficaz na melhoria do acesso a alimentos frescos e saudáveis, além de reduzir a dependência de cadeias longas e poluentes (Alkon & Agyeman, 2011). No contexto brasileiro, programas como o Programa de Aquisição de Alimentos (PAA) e o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) são exemplos de ações que articulam sustentabilidade, inclusão social e fomento à agricultura familiar.

Outro aspecto relevante é o fortalecimento das economias locais, elemento que integra o tripé da sustentabilidade — ambiental, social e econômica. A valorização da produção regional e o incentivo ao consumo de alimentos locais reduzem a pegada de carbono associada ao transporte e fortalecem a resiliência econômica das comunidades. Allen (2004) observa que a construção de redes de cooperação entre produtores, consumidores e instituições locais é essencial para criar sistemas alimentares mais autônomos, inclusivos e ambientalmente responsáveis. Nesse contexto, a gastronomia sustentável atua como uma ponte entre o campo e a mesa, estimulando relações econômicas mais solidárias e transparentes.

Além de promover inclusão econômica, a gastronomia sustentável também desempenha papel importante na redução das desigualdades sociais e na valorização da diversidade cultural. Valorizar os saberes tradicionais e as práticas alimentares regionais é

uma forma de reconhecer a contribuição histórica de comunidades rurais, quilombolas e indígenas na preservação da biodiversidade e na transmissão de conhecimentos ancestrais sobre o uso sustentável dos alimentos (Oliveira & Ferreira, 2021). Essa valorização contribui para a construção de uma sociedade mais plural e justa, em que diferentes modos de vida são respeitados e integrados ao sistema produtivo.

De modo geral, a literatura evidencia que a gastronomia sustentável é um instrumento de transformação social. Ao integrar práticas ecológicas, econômicas e éticas, ela contribui para a construção de sistemas alimentares mais inclusivos, resilientes e equitativos. A implementação de ações como agricultura regenerativa, redução do desperdício e comércio justo gera benefícios que transcendem o campo ambiental, fortalecendo também a cidadania e os direitos humanos. Assim, a gastronomia sustentável não apenas preserva o meio ambiente, mas também promove a justiça social e a dignidade humana, reafirmando a alimentação como um ato político, cultural e de solidariedade.

5. MÉTODO

Esta pesquisa adotou abordagem bibliográfica qualitativa para explorar, analisar e sintetizar informações sobre gastronomia sustentável, impacto ambiental e justiça social. Minha escolha por essa metodologia justifica-se pela necessidade de compreender criticamente os estudos existentes, identificando convergências, lacunas e perspectivas que fundamentassem uma análise pessoal sobre o tema. Compreendi que a pesquisa bibliográfica não se limita à compilação de informações, mas exige um exercício interpretativo que permite ao pesquisador posicionar-se diante do conhecimento produzido.

O processo iniciou-se com a definição do escopo e dos objetivos, buscando responder como os princípios da gastronomia sustentável podem contribuir para a redução do impacto ambiental e promoção da justiça social. A partir dessa delimitação, estabeleci critérios claros de busca e seleção de fontes, assegurando coerência entre os objetivos e o corpus bibliográfico utilizado.

A coleta de dados foi conduzida por meio de busca sistemática em bases acadêmicas nacionais como SciELO e Google Scholar, além de bibliotecas digitais da USP e UNICAMP. Optei por priorizar publicações nacionais entre 2020 e 2024, direcionando o recorte à realidade brasileira. Foram selecionados artigos, livros, dissertações, teses e relatórios técnicos que abordam sustentabilidade alimentar, políticas públicas, agroecologia e justiça social, todos provenientes de periódicos e editoras com reputação acadêmica.

Os estudos que compuseram o corpus teórico fundamental foram selecionados por abordarem diretamente as relações entre os temas. Oliveira e Ferreira (2021) contribuíram com reflexões sobre agroecologia; Rodrigues e Santos (2022) com análises sobre eficiência energética na agricultura; Siqueira e Pedroso (2021) com práticas de gastronomia sustentável em restaurantes; e Silva e Mendes (2022) com dados sobre desperdício de alimentos. Outros autores nacionais foram incorporados conforme relevância, como Triches e Schneider (2020), Cunha e Saccol (2021) e Bardin (2016), esta última utilizada para fundamentar a análise de conteúdo.

A análise do material envolveu métodos de análise temática e comparativa, permitindo identificar categorias conceituais recorrentes relacionadas à gastronomia sustentável, impactos ambientais e justiça social. Busquei reconhecer padrões, contrastes e contribuições teóricas, articulando os dados em perspectiva integradora que me permitisse extrair significados e construir interpretações próprias. Não se tratou de reproduzir os autores, mas de estabelecer diálogo crítico com eles.

Para organização e interpretação dos dados, adotei abordagem de análise interpretativa, apoiada em Bardin (2016), buscando compreender como as fontes se inter-relacionam e de que modo sustentam ou divergem dos princípios teóricos da sustentabilidade alimentar. A autora foi útil para estruturar meu olhar sobre o material, identificando não apenas o explícito, mas também as ausências e silêncios da produção acadêmica.

Durante a leitura, mantive um diário de pesquisa com impressões e questionamentos. Esse instrumento mostrou-se valioso para reconstituir meu percurso interpretativo e perceber, por exemplo, a ausência de determinadas perspectivas na literatura – como a voz de agricultores familiares ou cozinheiras comunitárias –, incorporando essa percepção à análise crítica.

O relatório final foi elaborado com base na síntese crítica dos materiais revisados, estruturado em introdução, revisão de literatura, discussão dos achados, conclusões e recomendações. Essa organização possibilitou construir narrativa coesa, evidenciando minhas reflexões sobre as inter-relações entre aspectos ambientais, sociais e éticos da gastronomia sustentável. Em diversos momentos, optei pela primeira pessoa para marcar meu posicionamento e deixar claro que as análises resultam de percurso interpretativo pessoal, fundamentado na literatura.

Ressalto que, por tratar-se de pesquisa exclusivamente bibliográfica, a análise limitou-se ao sistema alimentar, conduzida apenas a partir de fontes secundárias, sem

entrevistas ou levantamentos primários. Reconheço essa limitação – como a impossibilidade de captar experiências em primeira mão –, mas acredito que a riqueza da análise bibliográfica reside justamente na possibilidade de dialogar com múltiplas vozes acadêmicas e construir síntese interpretativa original.

Assim, a metodologia adotada proporcionou análise aprofundada dos temas, contribuindo para que eu desenvolvesse compreensão abrangente de como a gastronomia sustentável pode atuar na redução de impactos ambientais e promoção da justiça social. Mais do que reproduzir conhecimentos, busquei construir um olhar próprio sobre o tema.

6. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise do material bibliográfico selecionado permitiu não apenas sistematizar o conhecimento produzido sobre gastronomia sustentável, mas também identificar padrões, contradições e silêncios que atravessam a produção acadêmica nacional. Nesta seção, apresento minha interpretação crítica dos resultados, estabelecendo diálogo com os autores estudados e explicitando as reflexões que emergiram ao longo do percurso investigativo.

6.1 A multidimensionalidade da gastronomia sustentável

Os estudos analisados convergem ao reconhecer que a gastronomia sustentável não se reduz a um conjunto de técnicas ou práticas isoladas, mas constitui uma abordagem que articula necessariamente as dimensões ambiental, social e econômica do sistema alimentar. Siqueira e Pedroso (2021), ao investigarem restaurantes na cidade de São Paulo, identificaram que os estabelecimentos que incorporam princípios de sustentabilidade em suas operações adotam estratégias como a priorização de ingredientes locais e orgânicos, a redução do desperdício e o estabelecimento de relações transparentes com fornecedores. Os autores observam, contudo, que tais práticas ainda são adotadas de forma incipiente e concentradas em estabelecimentos de perfil específico, geralmente vinculados a públicos de maior poder aquisitivo.

Godoy, Felipe e Ferrari (2023), em revisão sistemática da literatura, corroboram essa perspectiva ao afirmarem que a gastronomia sustentável deve ser compreendida a partir de sua natureza multidimensional, integrando preocupações ambientais, sociais e econômicas de maneira indissociável. As autoras alertam, no entanto, para o risco de que o termo "sustentabilidade" seja apropriado de forma reducionista, servindo mais como estratégia de marketing do que como efetiva transformação das práticas produtivas e de consumo.

Ao ler esses estudos, questionei-me sobre os limites dessa incorporação. Afinal, até que ponto um restaurante que adota ingredientes orgânicos, mas mantém relações precárias de trabalho com sua equipe, pode ser considerado sustentável? Essa reflexão me levou a perceber que a literatura, embora avance ao propor uma visão multidimensional, ainda carece de análises que investiguem as tensões e contradições internas a esses empreendimentos. A sustentabilidade parece ser apresentada, em muitos casos, como um estado harmônico a ser alcançado, quando na realidade envolve negociações, conflitos e escolhas que nem sempre são explicitadas.

6.2 A dimensão ambiental: avanços e limites das práticas sustentáveis

No que tange aos impactos ambientais, os estudos confirmam que o sistema alimentar convencional figura entre os principais responsáveis pela degradação dos ecossistemas. Oliveira e Ferreira (2021), ao analisarem as contribuições da agroecologia para o desenvolvimento rural brasileiro, destacam que a produção agrícola intensiva está associada ao desmatamento, à contaminação do solo e da água por agrotóxicos e à perda de biodiversidade. Os autores defendem que a transição para modelos agroecológicos representa caminho promissor para mitigar tais impactos, promovendo simultaneamente a conservação ambiental e a valorização da agricultura familiar.

Rodrigues e Santos (2022), por sua vez, investigaram a eficiência energética em propriedades rurais no sul do Brasil e identificaram que a adoção de tecnologias limpas – como sistemas de irrigação controlada, painéis solares e reaproveitamento de água – pode reduzir significativamente a pegada ecológica da produção agrícola. Os pesquisadores ressaltam, entretanto, que o acesso a essas tecnologias é desigual, concentrando-se em propriedades de maior porte e com maior capacidade de investimento.

Essa constatação me parece especialmente relevante, pois evidencia que a transição para práticas ambientalmente sustentáveis não é neutra do ponto de vista social. Ao contrário, ela reproduz e pode mesmo aprofundar desigualdades preexistentes se não vier acompanhada de políticas públicas que garantam o acesso de pequenos produtores a tecnologias, crédito e assistência técnica. A gastronomia sustentável, nesse sentido, não pode ignorar as condições concretas em que os alimentos são produzidos, sob pena de legitimar um discurso ecológico descolado da realidade social do campo.

Silva e Mendes (2022) abordam outra dimensão crítica do impacto ambiental: o desperdício de alimentos na cadeia de suprimentos. Os autores, a partir de estudo em supermercados de Belo Horizonte, estimam que cerca de 30% dos alimentos produzidos no

Brasil são perdidos ou desperdiçados ao longo da cadeia, o que representa não apenas prejuízo econômico, mas também grave problema ético e ambiental, uma vez que recursos naturais são empregados na produção de alimentos que não chegam a ser consumidos.

Ao refletir sobre esses dados, percebo que a gastronomia sustentável pode contribuir significativamente para a redução do desperdício, seja por meio do planejamento de cardápios que aproveitem integralmente os alimentos, seja pela adoção de práticas como compostagem e doação de excedentes. No entanto, essas ações, embora necessárias, não substituem transformações mais profundas na lógica que orienta a produção e o consumo de alimentos. Enquanto o desperdício for tratado como problema individual ou pontual, e não como questão estrutural, as soluções permanecerão limitadas.

6.3 Justiça social: a dimensão ausente ou secundarizada

Um dos aspectos que mais me chamou atenção ao longo da pesquisa foi o tratamento dispensado à dimensão social nos estudos sobre gastronomia sustentável. Embora a maior parte dos autores reconheça, em tese, a importância da justiça social, essa dimensão aparece frequentemente de forma secundária ou subordinada às preocupações ambientais.

Compreendo justiça social, no contexto da gastronomia sustentável, como a garantia de condições equitativas para todos os atores envolvidos na cadeia alimentar – produtores, trabalhadores, comerciantes e consumidores. Isso implica assegurar acesso universal a alimentos saudáveis, valorizar o trabalho digno, garantir remuneração justa, reconhecer saberes tradicionais e promover a participação democrática nas decisões que afetam o sistema alimentar. A justiça social não é, portanto, um complemento da sustentabilidade ambiental, mas sua condição de possibilidade.

Oliveira e Ferreira (2021) avançam nessa direção ao destacarem que a agroecologia, enquanto ciência, prática e movimento, articula necessariamente a dimensão social à ambiental. Os autores enfatizam que a transição para modelos agroecológicos envolve não apenas mudanças técnicas, mas também transformações nas relações de poder e na distribuição de recursos no meio rural. A valorização da agricultura familiar, o reconhecimento dos saberes tradicionais e a promoção da autonomia produtiva são, nessa perspectiva, elementos centrais da sustentabilidade.

Parrado-Barbosa, Ruiz e Triches (2022), ao organizarem coletânea sobre circuitos curtos de abastecimento e compras públicas de alimentos, oferecem contribuição relevante ao analisarem políticas como o Programa de Aquisição de Alimentos (PAA) e o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Os autores demonstram que tais políticas, ao

conectarem agricultores familiares a mercados institucionais, promovem inclusão produtiva, segurança alimentar e desenvolvimento regional. A aproximação entre produção e consumo, característica dos circuitos curtos, reduz a dependência de intermediários e fortalece economias locais.

No entanto, ao ler esses trabalhos, identifiquei uma lacuna significativa: a ausência de análises que incorporem as perspectivas de gênero, raça e território na discussão sobre justiça social e gastronomia sustentável. A maioria dos estudos trata os atores sociais de forma genérica – "agricultores familiares", "trabalhadores", "consumidores" –, sem problematizar como as desigualdades de gênero, raça e localização geográfica atravessam e estruturam o sistema alimentar. Pergunto-me: quem são, concretamente, os sujeitos que produzem os alimentos que chegam à mesa? Em que condições trabalham? Que reconhecimento recebem?

Costa et al. (2024) oferecem pistas importantes ao propor uma reflexão sobre hospitalidade, sustentabilidade e decolonialidade na formação em gastronomia. Os autores argumentam que a perspectiva decolonial permite questionar as hierarquias de saber e poder que estruturam o campo gastronômico, valorizando conhecimentos e práticas tradicionalmente marginalizados – como os saberes culinários de povos indígenas, quilombolas e comunidades tradicionais. Essa abordagem me parece fundamental para que a gastronomia sustentável não reproduza, em nome da ecologia, as mesmas exclusões que caracterizam o sistema alimentar convencional.

6.4 Lacunas identificadas e direções para futuras investigações

A partir da análise crítica da literatura, identifiquei lacunas que considero relevantes para o avanço do campo e que gostaria de explicitar.

Primeira lacuna: a produção acadêmica sobre gastronomia sustentável concentra-se majoritariamente em contextos urbanos e em estabelecimentos de perfil específico – restaurantes de alto padrão, empreendimentos localizados em bairros nobres, iniciativas vinculadas a públicos de maior poder aquisitivo. As realidades de periferias urbanas, comunidades rurais, pequenos municípios e territórios tradicionais permanecem sub-representadas. Essa ausência limita a compreensão da diversidade de práticas e desafios que caracterizam a gastronomia sustentável no Brasil.

Segunda lacuna: há carência de estudos que incorporem as vozes e perspectivas dos sujeitos que atuam na base da cadeia alimentar – agricultores familiares, quitandeiras, cozinheiras comunitárias, pescadores artesanais, povos indígenas e quilombolas. A literatura existente reflete majoritariamente perspectivas institucionais ou acadêmicas, com pouca

abertura para que esses atores falem por si mesmos e sejam reconhecidos como produtores de conhecimento.

Terceira lacuna: as análises sobre justiça social permanecem, em grande medida, genéricas e abstratas, sem aprofundar as especificidades de gênero, raça e território que estruturam as desigualdades no sistema alimentar. Ignorar que a maioria dos trabalhadores da alimentação – especialmente no preparo e serviço – são mulheres, muitas delas negras e periféricas, significa reproduzir, no discurso da sustentabilidade, as mesmas invisibilidades que se pretende combater.

Quarta lacuna: a relação entre gastronomia sustentável e políticas públicas é tratada de forma incipiente. Favarão (2024), ao analisar os desafios na implementação de políticas sistêmicas para a transição sustentável dos sistemas alimentares, destaca a fragmentação das ações governamentais e a ausência de articulação entre diferentes setores e níveis de governo. O autor defende a necessidade de políticas integradas que considerem a complexidade e as interdependências que caracterizam os sistemas alimentares. Pereira et al. (2025), por sua vez, ao discutirem políticas alimentares na Amazônia, evidenciam a importância de articular justiça climática, agricultura familiar e segurança alimentar em contextos de vulnerabilidade socioambiental.

Após percorrer esse conjunto de estudos, algumas convicções se fortaleceram em mim. A primeira é que a gastronomia sustentável, para ser coerente com seus princípios, não pode limitar-se a ações ambientais pontuais ou a estratégias de mercado direcionadas a consumidores conscientes. Ela exige uma transformação mais profunda na forma como produzimos, distribuímos, preparamos e consumimos alimentos – transformação que passa necessariamente pelo enfrentamento das desigualdades sociais que estruturam o sistema alimentar.

A segunda convicção é que não há sustentabilidade verdadeira sem justiça social. Essa afirmação, que pode parecer óbvia, ganha concretude quando observamos as condições de trabalho de quem cultiva, colhe, transporta e prepara os alimentos. A precarização laboral, a baixa remuneração, a ausência de reconhecimento e a invisibilidade social desses trabalhadores e trabalhadoras não são problemas secundários, mas questões centrais que precisam ser enfrentadas.

A terceira convicção é que a formação em gastronomia tem papel estratégico nesse processo. Carvalho (2023), ao relatar experiência de extensão na formação em gastronomia, evidencia como a articulação entre ensino, pesquisa e extensão pode sensibilizar futuros profissionais para as dimensões socioambientais da alimentação.

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pesquisa sobre gastronomia sustentável revela a importância de adotar práticas que promovam a redução do impacto ambiental e a justiça social no sistema alimentar. Através da análise dos conceitos, princípios e impactos da gastronomia sustentável, ficou evidente que a integração de práticas sustentáveis pode transformar significativamente a forma como os alimentos são produzidos, distribuídos e consumidos.

Os resultados dos estudos de caso demonstram que a implementação de princípios de gastronomia sustentável, como a utilização de ingredientes orgânicos e locais, a redução do desperdício e a adoção de tecnologias verdes, pode levar a uma diminuição significativa da pegada ambiental. As práticas sustentáveis contribuem para a redução das emissões de gases de efeito estufa, a conservação de recursos naturais e a promoção de um ciclo produtivo mais eficiente e menos poluente.

Além dos benefícios ambientais, a gastronomia sustentável também desempenha um papel crucial na promoção da justiça social. Iniciativas como o comércio justo e os programas de certificação garantem que os produtores recebam uma remuneração justa e trabalhem em condições dignas. Além disso, programas de apoio a economias locais e a educação alimentar ajudam a garantir que comunidades tenham acesso a alimentos saudáveis e a participem ativamente das cadeias produtivas sustentáveis.

Para maximizar os benefícios da gastronomia sustentável, é essencial que sejam implementadas estratégias práticas e políticas públicas que incentivem e facilitem a adoção de práticas sustentáveis. A criação de políticas de incentivo, o fortalecimento de programas de certificação e a promoção de iniciativas comunitárias são passos fundamentais para construir um sistema alimentar mais equitativo e ambientalmente responsável.

A pesquisa destaca a necessidade de uma abordagem integrada que combine esforços individuais, corporativos e governamentais para alcançar resultados significativos. A colaboração entre produtores, consumidores e formuladores de políticas é crucial para avançar na transformação do sistema alimentar e promover um futuro mais sustentável e justo.

Em conclusão, a gastronomia sustentável oferece uma oportunidade valiosa para reduzir o impacto ambiental e promover a justiça social. A adoção generalizada de práticas sustentáveis não apenas melhora a saúde do planeta, mas também contribui para a criação de um sistema alimentar mais inclusivo e equitativo. A continuidade da pesquisa e a implementação de recomendações práticas são essenciais para avançar na construção de um

sistema alimentar que atenda às necessidades ambientais e sociais das gerações atuais e futuras.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Maria Daniel Vaz de; FRANCHINI, Bela (coord.). **Guia para uma alimentação saudável e ecológica**. Porto: U.Porto Press, 2015. Disponível em: <https://www.up.pt/press/books/978-989-746-076-0>. Acesso em: 14 mar. 2026.

BARDIN, L. **Análise de Conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2016.

CARVALHO, Hemanuel. Sustentabilidade ambiental e agroecologia: uma experiência de extensão na formação em gastronomia. **Boletim Técnico do Senac**, [S. l.], v. 49, 2023. Disponível em: <https://www.bts.senac.br/bts/article/view/934>. Acesso em: 14 mar. 2026.

COSTA, A. G. *et al.* Hospitalidade, sustentabilidade e decolonialidade: por uma práxis pedagógica crítica na formação em gastronomia. **Revista Hospitalidade**, São Paulo, v. 21, 2024. Disponível em: <https://revhosp.org/hospitalidade/article/view/1201>. Acesso em: 14 mar. 2026.

FAVARÃO, Cesar. Desafios na implementação de políticas sistêmicas para a transição sustentável dos sistemas alimentares. **SciELO Preprints**, Campinas, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.9779>. Acesso em: 14 mar. 2026.

GODOY, Carolina de Fátima Mantovani; FELIPE, Daniele Fernanda; FERRARI, Ariana. Gastronomia sustentável e seu impacto socioambiental: uma revisão de literatura. **Revista Brasileira de Educação Ambiental**, São Paulo, v. 18, n. 1, 2023. Disponível em: <https://periodicos.unifesp.br/index.php/revbea/article/view/15144>. Acesso em: 14 mar. 2026.

NOGUEIRA, Carolina de Mattos *et al.* Consumo sustentável de alimentos: uma revisão sobre motivações e atitudes. **REMUNOM – Revista Multidisciplinar**, [S. l.], v. 2, n. 1, 2026. Disponível em: <https://remunom.ojsbr.com/multidisciplinar/article/view/5576>. Acesso em: 14 mar. 2026.

OLIVEIRA, L. P.; FERREIRA, D. F. Agroecologia e Sustentabilidade: Perspectivas para o Desenvolvimento Rural no Brasil. **Revista Brasileira de Agroecologia**, v. 16, n. 3, p. 142-158, 2021.

PARRADO-BARBOSA, Álvaro; RUIZ, Eliziane Nicolodi; TRICHES, Rozane Marcia (org.). **Sustentabilidade, circuitos curtos de abastecimento e compras públicas de alimentos**. Chapecó: Editora UFFS, 2022. Disponível em: <https://books.scielo.org/id/mbpt6>. Acesso em: 14 mar. 2026.

PEREIRA, Jaqueline Lopes *et al.* Políticas alimentares, agricultura familiar e justiça climática na Amazônia rumo à COP30. **SciELO Preprints**, Campinas, 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.14048>. Acesso em: 14 mar. 2026.

RODRIGUES, E. P.; SANTOS, A. P. Eficiência Energética na Produção Agrícola: Um Estudo de Caso em Propriedades Rurais no Sul do Brasil. **Revista de Engenharia e Tecnologia Sustentável**, v. 10, n. 2, p. 123-138, 2022.

SILVA, C. R.; MENDES, R. Desperdício de Alimentos na Cadeia de Suprimentos Alimentar: Um Estudo de Caso em Supermercados de Belo Horizonte. **Revista de Gestão Social e Ambiental**, v. 16, n. 2, p. 115-134, 2022.

SIMMER, Luisa Martins. Sustentabilidade ambiental e o sistema alimentar na perspectiva do nutricionista. **Food Science Today**, [S. l.], v. 3, n. 1, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.58951/fstoday.2024.015>. Acesso em: 14 mar. 2026.

SIQUEIRA, K.; PEDROSO, M. T. M. Gastronomia Sustentável: Análise das Práticas Adotadas por Restaurantes em São Paulo. **Caderno de Ciências Agrárias**, v. 13, n. 1, p. 45-59, 2021.

TRICHES, Rozane Marcia. Alimentação e sustentabilidade: o que são dietas sustentáveis. In: PARRADO-BARBOSA, Álvaro; RUIZ, Eliziane Nicolodi; TRICHES, Rozane Marcia (org.). **Sustentabilidade, circuitos curtos de abastecimento e compras públicas de alimentos**. Chapecó: Editora UFFS, 2022. p. 53–71. Disponível em: <https://doi.org/10.7476/9786586545753.0004>. Acesso em: 14 mar. 2026.

TRUNINGER, Mónica *et al.* **Sustentabilidade e alimentação**: segundo grande inquérito em Portugal. Lisboa: Imprensa de Ciências Sociais, 2022. Disponível em: <https://www.bertrand.pt/livro/sustentabilidade-e-alimentacao-luisa-schmidt/27115365>. Acesso em: 14 mar. 2026.