

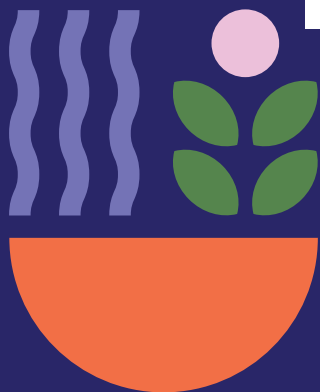


FOOD ECO- CULTURE EDU

Connecting Disciplines in European Higher Academia



**REIMAGINANDO A EDUCAÇÃO
ALIMENTAR: TENDÊNCIAS,
DESAFIOS E OPORTUNIDADES**



Co-funded by
the European Union

www.foodecocultureedu.eu



ÍNDICE



- 01** Introdução
- 02** A nossa equipa
- 03** Política Europeia
- 04** Países Baixos – Perfil do país
- 05** Irlanda – Perfil do país
- 06** Portugal – Perfil do país
- 07** O futuro da educação alimentar na Europa
- 08** Estudos de caso
- 09** Conclusão



Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



This license requires that reusers give credit to the creator. It allows reusers to distribute, remix, adapt, and build upon the material in any medium or format, even for commercial purposes. If others remix, adapt, or build upon the material, they must license the modified material under identical terms.



01

INTRODUÇÃO



| INTRODUÇÃO

Sobre o nosso projeto

O Food Eco-Culture Edu visa transformar a educação em toda a Europa, integrando uma abordagem interdisciplinar à alimentação, hotelaria e áreas relacionadas. O projeto procura estabelecer uma ponte entre o conhecimento teórico da relação entre a alimentação e outras disciplinas através da aplicação prática de soluções inovadoras, promovidas pela colaboração com parceiros comunitários e industriais. Ao envolver mais de 300 estudantes e educadores de quatro instituições de ensino superior (IES), o FoodEcoCulture irá melhorar as competências dos participantes, preparando-os para liderar o setor alimentar rumo a um futuro mais inclusivo e sustentável.

Relatório de investigação e análise aprofundada

Este documento foi desenvolvido como parte do Deliverable 2.3 no âmbito do Work Package 2 do nosso projeto. O relatório de investigação analisa o futuro da educação alimentar na Europa, examinando temas-chave como a digitalização, a inclusão social e as mudanças e desafios ambientais. Centrando-se nos Países Baixos, na Irlanda, em Portugal e na União Europeia em geral, o relatório analisa como estas regiões estão a enfrentar os desafios e oportunidades no setor alimentar. Explora a integração de tecnologias digitais para melhorar os sistemas alimentares, a promoção da inclusão social para fomentar a equidade e o intercâmbio cultural e a adoção de práticas sustentáveis para apoiar a transição ecológica. O relatório tem como objetivo fornecer uma visão abrangente de como a educação alimentar pode evoluir para abordar estes temas interligados, preparando educadores, estudantes e comunidades para desempenhar um papel de liderança na definição de um futuro alimentar mais inclusivo, sustentável e tecnologicamente avançado em toda a Europa.

O projeto Food Eco-Culture Edu é uma resposta direta aos desafios que a educação alimentar enfrenta na Europa. Os modelos tradicionais de aprendizagem relacionados com a alimentação separam frequentemente a teoria da prática, deixando os licenciados mal preparados para operar num setor alimentar cada vez mais complexo. Ao mesmo tempo, a indústria está sob pressão para se adaptar às mudanças ambientais, tecnológicas e sociais. Este projeto reúne instituições líderes de toda a Europa para enfrentar estas questões, com o objetivo de formar estudantes que não só tenham conhecimentos, mas também sejam capazes de impulsionar mudanças significativas.

EDUCAÇÃO ALIMENTAR: UM NOVO PANORAMA

Liderado pela **NHL Stenden University of Applied Sciences (Países Baixos)**, o FoodEcoCulture inclui parceiros com experiência em **hotelaria, aprendizagem digital, sustentabilidade e colaboração industrial**. A **Momentum Educate and Innovate (Irlanda)** é especializada em educação digital e formação profissional, enquanto a **Technological University of the Shannon (TUS, Irlanda)** traz fortes ligações com a indústria e a investigação aplicada. O **Instituto Europeu de E-Learning (EUEI)** desempenha um papel fundamental para garantir que as ferramentas digitais sejam integradas de forma eficaz no ensino e na aprendizagem. O **Instituto Politécnico do Cávado e do Ave (IPCA, Portugal)** concentra-se na integração da sustentabilidade nos estudos alimentares, e a **Rijksuniversiteit Groningen (RUG, Países Baixos)** fornece conhecimentos especializados em investigação sobre sistemas alimentares, políticas e desafios ambientais.

Juntas, as nossas instituições estão a trabalhar para reformular a educação alimentar, colmatando a lacuna entre a aprendizagem académica e a aplicação no mundo real.





CRIANDO MUDANÇAS

Uma das principais fraquezas da educação alimentar atual é a sua incapacidade de acompanhar a rápida evolução do setor. Os avanços na digitalização, a pressão pela sustentabilidade e as mudanças no comportamento dos consumidores exigem uma força de trabalho capaz de pensar criticamente e adaptar-se rapidamente. No entanto, muitas instituições de ensino superior ainda dão prioridade a modelos de aprendizagem desatualizados que não refletem a realidade do setor alimentar.

O FoodEcoCulture desafia a norma ao integrar **abordagens interdisciplinares, envolvimento da indústria e inovação digital** para equipar os alunos com as competências necessárias para enfrentar os desafios futuros.



| FOODECOCULTURE: O DESAFIO!

Não presumimos que a mudança será fácil. A transição para um sistema alimentar mais sustentável, inclusivo e tecnologicamente avançado apresenta obstáculos significativos. A resistência da indústria, as lacunas nas políticas e os hábitos enraizados na própria educação são barreiras a uma reforma significativa.

O sucesso desta iniciativa dependerá da sua capacidade de desafiar o pensamento tradicional, impulsionar mudanças sistêmicas e garantir que a transferência de conhecimento seja eficaz, prática e relevante.

A FoodEcoCulture não se resume a atualizar materiais didáticos ou adicionar novos módulos. Trata-se de redefinir a relação entre educação, indústria e sociedade, garantindo que os estudantes em alimentação e afins não sejam participantes passivos no setor, mas contribuintes ativos para o seu futuro.



02

A NOSSA EQUIPA



A NOSSA EQUIPA

O projeto **FoodEcoCulture** é liderado pela **NHL Stenden University of Applied Sciences (Países Baixos)**, que traz para a ribalta a sua experiência em hotelaria, turismo e inovação alimentar. O projeto é apoiado por um consórcio diversificado de parceiros, cada um contribuindo com conhecimentos especializados em educação, sustentabilidade e aprendizagem digital.

A Momentum Educate and Innovate (Irlanda) reforça a iniciativa com o seu foco na formação e educação digital, enquanto a **Technological University of the Shannon (TUS, Irlanda)** fortalece a colaboração industrial e a investigação aplicada.

O **Instituto Europeu de E-Learning (EUEI)** desempenha um papel fundamental na integração de estratégias inovadoras de aprendizagem digital.

O **Instituto Politécnico do Cávado e do Ave (IPCA, Portugal)** contribui com a sua experiência em sustentabilidade e estudos alimentares, e a **Rijksuniversiteit Groningen (RUG, Países Baixos)** fornece liderança em investigação em sistemas alimentares, políticas e sustentabilidade ambiental.



Professora Elena Cavagnaro,
NHL Stenden



Dra. Lucia Tomassini, NHL
Stenden



Dra. Meghan Muldoon,
RUG, Países Baixos



Professora Vânia Costa,
IPCA, Portugal



Professor José
Filipe Pereira, IPCA,
Portugal



Professora Raquel Pereira,
IPCA, Portugal

A NOSSA EQUIPA

Uma **equipa multidisciplinar** é fundamental para o **FoodEcoCulture**, uma vez que os desafios do setor alimentar não podem ser abordados a partir de uma única perspetiva. O nosso projeto reúne especialistas em **ciência alimentar, hotelaria, educação, aprendizagem digital, sustentabilidade e políticas**, garantindo que os estudantes estejam preparados para um setor em constante mudança.

A mudança para a sustentabilidade, digitalização e novos modelos de negócio exige a contribuição de **cientistas ambientais, economistas, tecnólogos e líderes da indústria**. Os académicos, por si só, não podem impulsionar a mudança — é essencial um envolvimento real com a indústria e os decisores políticos. Sem esta abordagem, a educação alimentar permanecerá desconectada das realidades da indústria, não conseguindo preparar os estudantes para as exigências do futuro.

Juntos, estamos a transformar a educação alimentar em toda a Europa, fazendo a ponte entre a teoria e a prática para criar um setor alimentar mais inclusivo, sustentável e tecnologicamente avançado.



Dr. Tony Johnston, TUS,
Irlanda



Dra. Noelle O'Connor, TUS,
Irlanda



Sr. Alex Yu, TUS, Irlanda



Sra. Kathy Kelly, EUEI,
Dinamarca



Sra. Paula Whyte, MMS,
Irlanda



Sarah Seidel, NHL Stenden

03

PERFIS DOS PAÍSES



| POLÍTICA ALIMENTAR EUROPEIA

A política alimentar europeia é frequentemente enquadrada em torno de questões de segurança, sustentabilidade e viabilidade económica, mas existe uma dimensão cultural e histórica igualmente importante que é frequentemente ignorada. A alimentação não se resume apenas à nutrição ou ao comércio — está profundamente ligada à identidade, à migração, ao legado colonial e à inclusão social.

Reconhecendo isso, várias universidades e académicos pioneiros na UE começaram a explorar a política alimentar através de uma abordagem mais interdisciplinar e historicamente fundamentada. O seu trabalho desafia as narrativas dominantes, reformula a forma como a alimentação é ensinada no ensino superior e destaca o papel da alimentação na formação das identidades nacionais e regionais.

Uma das instituições líderes neste domínio é a Universidade de Ciências Gastronómicas de Pollenzo, Itália, que integra história, cultura e sustentabilidade nos seus programas académicos.

Esta abordagem vai além do foco tradicional na ciência e nos negócios alimentares, examinando como a gastronomia se cruza com a migração, a globalização e as estruturas de poder históricas. Da mesma forma, académicos como o Prof. Massimo Montanari (Universidade de Bolonha e Universidade de Coimbra) têm sido fundamentais na reformulação do estudo do património alimentar, explorando como as tradições culinárias evoluíram ao longo dos séculos e desmistificando os mitos da «autenticidade» que muitas vezes dominam o discurso popular.

Essa perspetiva crítica também é evidente no trabalho do Prof. Alberto Grandi (Universidade de Parma), que desafiou narrativas amplamente aceites sobre a comida italiana. A sua pesquisa, que gerou um debate considerável, sugere que muitos dos chamados pratos italianos "tradicionais" têm origens muito mais recentes e globais do que se acredita comumente. O seu trabalho destaca como a identidade culinária é frequentemente construída e moldada por forças históricas, como comércio, colonização e migração, em vez de estar enraizada em tradições nacionais estáticas.

A política alimentar europeia deve envolver-se com estas novas ideias se quiser continuar a ser relevante numa era de rápidas mudanças globais. Questões relacionadas com a soberania alimentar, a apropriação cultural e a ética da produção alimentar precisam de ser consideradas juntamente com preocupações políticas mais convencionais. A mudança para dietas à base de plantas, sustentabilidade e sistemas alimentares digitais deve ser entendida dentro do seu contexto social e histórico, em vez de ser tratada apenas como um desafio tecnológico ou ambiental.

| PAÍSES BAIXOS, IRLANDA E PORTUGAL: UMA VISÃO GERAL

O setor alimentar está a passar por mudanças profundas, impulsionadas pelas forças interligadas da digitalização, inclusão social e alterações ambientais.

Nos Países Baixos, Irlanda e Portugal, os decisores políticos e os líderes da indústria afirmam estar a enfrentar esses desafios, mas os sistemas alimentares continuam a apresentar falhas. Embora as ferramentas digitais estejam a remodelar a produção, a distribuição e a educação alimentar, a sua implementação é desigual, com as grandes empresas agrícolas a beneficiarem mais do que os pequenos produtores.

As desigualdades sociais persistem, particularmente para os trabalhadores migrantes e consumidores de baixos rendimentos, e as políticas ambientais muitas vezes não conseguem conciliar as metas de sustentabilidade com as realidades económicas. Estas contradições destacam a discrepância entre as ambições políticas e os resultados no mundo real, uma questão que se verifica nos três países.



| DIGITALIZAÇÃO, INCLUSÃO SOCIAL E MUDANÇA AMBIENTAL

Digitalização: quem realmente beneficia?

As indústrias alimentares holandesa e irlandesa estão a investir fortemente em automação, agricultura de precisão e gestão digital da cadeia de abastecimento, mas os benefícios não estão distribuídos de forma equitativa. As grandes explorações agrícolas e as empresas alimentares multinacionais têm recursos para integrar análises baseadas em IA, rastreabilidade através de blockchain e processamento automatizado, enquanto as explorações agrícolas mais pequenas, particularmente em Portugal e na Irlanda, estão a ficar para trás. As ferramentas digitais também estão a transformar a educação alimentar e o envolvimento dos consumidores, com aplicações, plataformas de aprendizagem online e acompanhamento da sustentabilidade baseado em IA. No entanto, estas inovações pressupõem frequentemente literacia e acesso digitais universais, ignorando a realidade de que muitos agricultores rurais e trabalhadores migrantes não dispõem das infraestruturas ou da formação necessárias. O risco é que a digitalização reforce as desigualdades existentes em vez de as resolver.

Inclusão social: alimentação, identidade e desigualdade

A alimentação é uma expressão poderosa da cultura e da identidade. Através do cultivo, da preparação e da partilha, as tradições culinárias preservam histórias e refletem os valores de diversas comunidades. Receitas e rituais moldados pela migração, pelo comércio e pelos legados coloniais promovem a compreensão intercultural e a inclusão, tornando a alimentação uma ferramenta de conexão e património cultural. No entanto, essa celebração contrasta fortemente com a realidade da exploração dentro dos sistemas alimentares. Na Holanda, Irlanda e Portugal, os trabalhadores migrantes — principalmente da Europa Oriental, Nepal, Índia e Brasil — são essenciais para a agricultura, mas enfrentam más condições de habitação, contratos precários e proteções limitadas. As suas contribuições vitais são muitas vezes invisíveis e subvalorizadas. Simultaneamente, a pobreza alimentar está a aumentar, especialmente nas áreas urbanas, onde as famílias de baixos rendimentos lutam para ter acesso a alimentos a preços acessíveis. Embora as políticas promovam a segurança alimentar e a nutrição, soluções tangíveis para os mais necessitados continuam escassas. Para abraçar a comida como um veículo de inclusão, devemos reconhecer o seu duplo papel: um símbolo cultural rico e um local de desigualdade estrutural. Somente abordando ambos os aspetos poderemos construir sistemas alimentares mais justos e inclusivos.

Mudança ambiental: política versus praticidade

Os Países Baixos e a Irlanda estão no centro dos debates europeus sobre o clima agrícola, com pressão para reduzir as emissões de azoto e metano. No entanto, os agricultores argumentam que as regulamentações impostas de cima para baixo estão a dar prioridade às metas em detrimento da sobrevivência económica, o que tem provocado protestos em grande escala. Entretanto, Portugal enfrenta uma seca severa e a degradação do solo, mas o seu setor agrícola ainda depende de culturas intensivas em água e monoculturas. Os governos estão a promover a agricultura regenerativa, a agricultura de carbono e dietas à base de plantas, mas as mudanças estruturais reais necessárias — como a reforma dos subsídios da PAC — continuam a ser politicamente sensíveis e, em grande parte, não abordadas.



UMA ERA DE MUDANÇA

A comida está profundamente enraizada na identidade nacional, mas na Irlanda, nos Países Baixos e em Portugal, as narrativas culinárias tradicionais muitas vezes mascaram a realidade das influências globais, da migração e da comercialização. Os decisores políticos e os conselhos de turismo promovem fortemente o património gastronómico regional, mas a experiência alimentar vivida é muito mais complexa. A dieta mediterrânica de Portugal, o domínio dos laticínios e da carne bovina na Irlanda e a reputação da Holanda na horticultura e na exportação de laticínios são fundamentais para a identidade de cada país, mas também são moldados pela história colonial, pela migração e pelas tendências de consumo modernas. O turismo gastronómico complicou ainda mais essa relação, com cidades como Lisboa, Amesterdão e Dublin a comercializar a culinária local para o público internacional, enquanto a verdadeira cultura alimentar se torna cada vez mais distante das suas raízes.



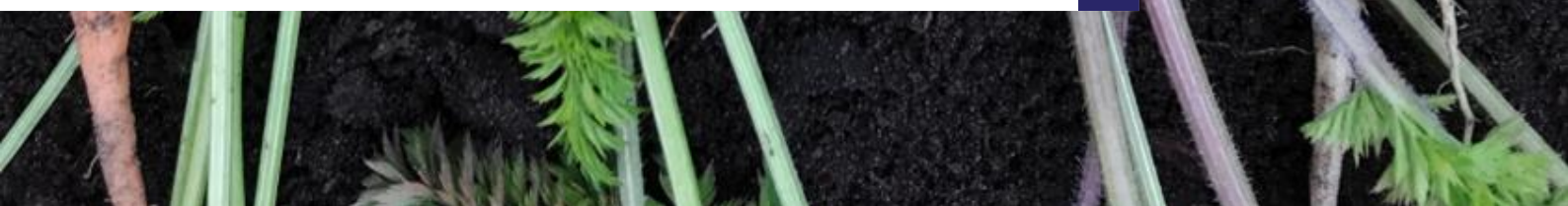


NOVAS IDENTIDADES

O surgimento da **comida de rua**, da **cozinha de fusão** e das **cadeias de abastecimento globais** alterou as dietas tradicionais. Em **Portugal**, a imigração do **Brasil**, **Nepal** e **Cabo Verde** introduziu **novos sabores e estilos de cozinha**, remodelando o panorama alimentar urbano.

Da mesma forma, o **renascimento da comida irlandesa** — muitas vezes apresentado como um retorno às tradições — deve muito à influência das **técnicas culinárias francesas, italianas e asiáticas**.

Os Países Baixos, apesar da sua **longa história colonial**, demorou a reconhecer o impacto das **cozinhas indonésia, surinamesa e turca**, mesmo com pratos como **rijsttafel** e **kapsalon** sendo incluídos na cena gastronómica mainstream.





NOVAS IDENTIDADES

Entretanto, o **turismo gastronómico** está cada vez mais distante da produção alimentar.

As indústrias leiteiras holandesa e irlandesa, por exemplo, promovem a produção artesanal de queijos e laticínios, mas ambos os países são dominados pela **produção industrial de leite voltada para os mercados de exportação**.

A indústria vinícola portuguesa, um pilar do turismo gastronómico, enfrenta ameaças ambientais como **a seca e as mudanças nas condições de cultivo**, mas isso raramente faz parte da narrativa vendida aos visitantes. Os turistas esperam autenticidade, mas o que consomem é muitas vezes uma **versão altamente selecionada da identidade alimentar**, desconectada das realidades económicas e ambientais da produção alimentar.



04

PAÍSES BAIXOS



INTRODUÇÃO

O setor alimentar e culinário holandês enfrenta uma combinação de oportunidades e restrições, que vão desde um maior compromisso com práticas alimentares sustentáveis e inovadoras até à escassez de mão de obra, passando pelo declínio nas matrículas em cursos de hotelaria e pelo aumento das falências no setor hoteleiro.

O forte apoio da sociedade à sustentabilidade e a uma alimentação mais saudável está em consonância com as políticas nacionais e da UE, mas o aumento dos custos e o peso da dívida pressionam um setor já em crise após a COVID-19, juntamente com a resistência dos setores agrícolas tradicionais e as divisões políticas, que podem impedir o progresso.

Iniciamos a nossa secção sobre os Países Baixos com uma análise PESTEL, que revela os fatores críticos que moldam o setor da educação alimentar holandesa, incluindo mudanças políticas, pressões económicas, avanços tecnológicos, transição proteica e consciência ambiental.

Abordar estas dinâmicas é vital para desenvolver um sistema de educação alimentar orientado para o futuro.



Crédito da foto: Holland.com © Iris van den Broek via Rotterdam Partners

PAÍSES BAIXOS: UMA ANÁLISE PESTEL

Política: Os governos holandeses têm promovido a sustentabilidade na produção alimentar. No entanto, mudanças na liderança política, incluindo a resistência de facções de direita, podem levar a reversões ou atrasos nas políticas, particularmente em setores como a agricultura. Essa incerteza política também pode influenciar a forma como as políticas de educação alimentar são moldadas e implementadas.

Económica: A Holanda tem visto investimentos significativos na produção alimentar sustentável, apoiados por subsídios da UE. No entanto, pressões económicas — como o aumento dos custos operacionais, o aumento dos preços dos alimentos e a inflação — podem desafiar as práticas sustentáveis, especialmente para pequenas empresas alimentares que enfrentam custos crescentes. O aumento das falências de empresas, nomeadamente no setor de hotéis, restaurantes, cafés/catering (HoReCa), destaca essas vulnerabilidades.

Social: Existe um forte apoio social à educação alimentar sustentável, com foco em hábitos alimentares mais saudáveis e na redução do desperdício alimentar. No entanto, a resistência dos setores tradicionais e o estigma cultural em torno do fracasso, como se pode ver nas taxas crescentes de falências, podem impedir a adoção generalizada de novas práticas, especialmente nas indústrias relacionadas com a alimentação.

Tecnológico: Os avanços na tecnologia agrícola, incluindo IA e software de gestão de inventário, são cruciais para impulsionar a sustentabilidade e reduzir o desperdício alimentar. No entanto, a acessibilidade destas tecnologias continua a ser uma preocupação, limitando a sua adoção generalizada, particularmente entre as pequenas empresas que enfrentam dificuldades financeiras.

Ambiental: A busca por práticas alimentares sustentáveis está a crescer, impulsionada pela consciencialização sobre as questões ambientais, particularmente a poluição por nitrogénio da água, do solo e do ar. No entanto, conforme destacado pelo aumento dos custos nos setores alimentares, as práticas intensivas de agricultura e produção de alimentos continuam a exercer uma pressão significativa sobre os recursos naturais, complicando a transição para sistemas totalmente sustentáveis.

Legal: As regulamentações holandesas e da UE estão cada vez mais a impor a sustentabilidade nas práticas alimentares. No entanto, as complexidades regulatórias e os desafios legais, especialmente em setores que enfrentam altas taxas de falência, ligadas a mudanças na liderança política, podem retardar a implementação dessas políticas, tornando mais difícil integrar práticas alimentares sustentáveis na educação e na indústria em geral.

EDUCAÇÃO ALIMENTAR NOS PAÍSES BAIXOS

Os Países Baixos oferecem vários programas de educação alimentar destinados a melhorar os conhecimentos sobre alimentação, promover hábitos alimentares saudáveis e fomentar uma ligação com os alimentos. Nas páginas seguintes, apresentamos alguns exemplos de cursos superiores relacionados com a alimentação. Exemplos do ensino básico e secundário incluem:

1. Jong Leren eten (Jovens a aprender a comer) são programas em que o Estado, creches, escolas, autoridades locais e organizações da sociedade civil trabalham em conjunto para aproximar as crianças e os jovens do conhecimento e das atividades relacionadas com a alimentação, para que possam fazer escolhas saudáveis e sustentáveis por si próprios <https://www.jonglereneten.nl/>

2. Smaaklessen é o programa nacional de aulas sobre alimentação e nutrição para crianças do ensino básico com idades entre os 4 e os 12 anos. A experiência alimentar é o foco central deste programa: através da degustação, do

toque, da audição, do olfato e da visão, as crianças exploram os alimentos. As crianças adquirem conhecimentos sobre alimentação, nutrição e alimentação e experimentam fazer escolhas alimentares saudáveis e sustentáveis www.smaaklessen.nl

IMPACTO

Estes programas desempenham um papel crucial na melhoria da educação alimentar na Holanda, abordando questões como hábitos alimentares pouco saudáveis na infância e acesso limitado à educação alimentar nas escolas. Através de atividades práticas relacionadas com a alimentação, envolvem as crianças e as comunidades locais no desenvolvimento de hábitos alimentares mais saudáveis e numa compreensão mais profunda das escolhas alimentares nutritivas. Ao centrarem-se tanto na saúde como na sustentabilidade, estas iniciativas ajudam a incutir hábitos alimentares positivos desde cedo.





EDUCAÇÃO ALIMENTAR NOS PAÍSES BAIXOS

3. A Voedseleeducatie Platform, ou «Plataforma de Educação Alimentar», é uma parceria público-privada na qual o governo, empresas, instituições científicas, educativas e organizações da sociedade civil trabalham em conjunto para proporcionar uma educação objetiva sobre alimentação e nutrição às crianças

<https://www.smaaklessen.nl/nl/voedseleeducatie.htm>

4. O EU-Schoolfruit incentiva as crianças a comerem frutas e vegetais em conjunto na sala de aula. As escolas participantes recebem três porções de frutas e vegetais por semana, durante 20 semanas, para todos os alunos. E tudo isto gratuitamente, graças ao financiamento da União Europeia

www.euschoolfruit.nl



UMA AMOSTRA DAS OFERTAS DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR NOS PAÍSES BAIXOS

| Fornecedor | Nome do curso | Notas | Link do curso para mais informações |
|--|---------------------------------------|-------------------------------------|---|
| Universidade e Investigação de Wageningen | Gestão da Qualidade Alimentar | Mestrado | https://www.wur.nl/en/education-programmes/master/msc-programmes/msc-food-quality-management.htm |
| Universidade e Investigação de Wageningen | Nutrição e Saúde | Mestrado | https://www.wur.nl/en/education-programmes/master/msc-programmes/nutrition-and-health.htm |
| Universidade e Investigação de Wageningen | Tecnologia Alimentar | Mestrado | https://www.wur.nl/en/education-programmes/master/msc-programmes/msc-food-technology.htm |
| HAS Green Academy (hbo) | Inovação Alimentar | Programa de Bacharelato | https://www.has.nl/hbo-opleidingen/food-innovation/ |
| Universidade de Amsterdão | Sistemas Alimentares Sustentáveis | Programa de Bacharelato Minor | https://www.uva.nl/en/programmes/minors/sustainable-food-systems/sustainable-food-systems.html |
| Universidade de Ciências Aplicadas Van Hall Larenstein | Gestão da Cadeia de Produção Agrícola | Mestrado em Ciências Aplicadas (MA) | https://www.vhluas.com/programmes/master/agricultural-production-chain-management/ |
| Universidade de Ciências Aplicadas Van Hall Larenstein | Tecnologia Alimentar | Programa de Bacharelato | https://www.vhluas.com/programmes/bachelor/food-technology/ |
| Universidade de Ciências Aplicadas Van Hall Larenstein | Animais, Sociedade e Negócios | Programa de Bacharelato | https://www.vhluas.com/programmes/bachelor/animals-society-and-business/ |

UMA AMOSTRA DAS OFERTAS DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR NOS PAÍSES BAIXOS

| Fornecedor | Nome do curso | Notas | Link do curso para mais informações |
|--|---|---|---|
| Universidade e Investigação de Wageningen | MBA Executivo em Alimentos e Agronegócios | MBA | https://www.wur.nl/en/show/executive-mba-in-food-agribusiness.htm |
| Universidade Livre de Amsterdão | Sistemas Alimentares e Sustentabilidade | Módulo do Curso de Mestrado | https://research.vu.nl/en/courses/food-systems-amp-sustainability |
| Universidade Radboud | Alterações Ambientais Locais e Cidades Sustentáveis | Especialização de mestrado (Mestrado em Estudos Ambientais e Sociais) | https://www.ru.nl/en/education/masters/local-environmental-change-and-sustainable-cities |
| Universidade e Investigação de Wageningen | Agricultura Resiliente e Sistemas Alimentares | MSc | https://www.wur.nl/en/education-programmes/master/msc-programmes/msc-resilient-farming-and-food-systems.htm |
| ROC van Amsterdam | Cozinha e hospitalidade na área da saúde | Formação profissional MBO (para adultos) | https://www.rocva.nl/Voor-volwassenen/Sectoren/Horeca,-Bakkerij-Facilitair/Koken-Gastvrijheid-in-de-Zorg |
| ROC van Amsterdam | Iniciar Faculdade de Hotelaria e Alimentação | Formação profissional MBO | https://www.rocva.nl/MBO-onderwijs/Sectoren/EntreeStart/Startcollege-Horeca-Voeding-Entree |
| Escola de Gestão Hoteleira Leeuwarden | Gastronomia | Programa de Bacharelato Minor | https://www.nhstenden.com/minoren/gastronomy |

UMA AMOSTRA DAS OFERTAS DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR NOS PAÍSES BAIXOS

| Fornecedor | Nome do curso | Notas | Link do curso para mais informações |
|---|------------------------------------|-------------------------|---|
| HBO Academy | Profissional de culinária | 2 anos de curso técnico | https://www.hbo-academy.nl/opleidingen/culinary-professional |
| Universidade de Ciências Aplicadas HAN | Formação em Alimentação e Negócios | Programa de Bacharelato | https://www.han.nl/opleidingen/hbo/food-business/voltijd/?gad_source=1&gclid=CjwKCAjwtdi_BhACEiwA97y8BPOnHfsoNBjIKyY-A3v24xGhF99PNok29sVnGA_PJwPVK6OziprLABoCE2AQAvD_BwE |
| Na Universidade de Ciências Aplicadas da Holanda | Comércio e Tecnologia Alimentar | Programa de Bacharelato | https://www.inholland.nl/opleidingen/food-commerce-technology-voltijd/?utm_source=google&utm_medium=cpc&utm_campaign=002-d100-afl-vt-food-commerce-and-technology-search&utm_term=food%20commerce%20and%20technology&gad_source=1&gclid=CjwKCAjwtdi_BhACEiwA97y8BAe_glaRf-jSfk8c1uHEOoNNF1IGldL9wxIXTML02m9fjYQS9x0MVBBoCLXIQA_VD_BwE |

CRISE NO SETOR HO.RE.CA (HOTELARIA, RESTAURAÇÃO E CAFÉS/CATERING)

O setor hoteleiro holandês - ou seja, HoReCa - enfrenta uma crise significativa marcada por um aumento significativo de falências. Após um período de recuperação pós-pandemia, o setor enfrenta agora desafios financeiros crescentes que ameaçam a sua estabilidade.

Aumento das falências no setor HoReCa

Análises recentes do banco ABN AMRO e da Hotelschool The Hague projetam uma tendência preocupante: o número de falências de restaurantes deverá atingir um recorde de 450 em 2025. Este número representa mais do dobro das 199 falências registadas em 2023. Em novembro de 2024, o número já tinha subido para 260, sublinhando a aceleração da crise financeira no setor. [@ABN AMRO](#)

Fatores que contribuem para a crise

- Aumento dos custos operacionais: a inflação levou ao aumento das despesas com energia, aluguer e salários. Desde 2022, os preços no produtor de alimentos e bebidas subiram 17% e 20%, respetivamente, enquanto os salários dos acordos coletivos de trabalho subiram 22%. Estes aumentos de custos não foram acompanhados por um crescimento das receitas, reduzindo as margens de lucro.
- Acumulação de dívidas: Muitos estabelecimentos, especialmente os de menor dimensão, estão a lutar contra dívidas crescentes. Aproximadamente 17,8% das empresas com 5 a 50 funcionários relatam níveis de endividamento problemáticos. Em contrapartida, 93,2% das médias empresas (50 a 250 funcionários) têm as suas dívidas sob controlo, destacando a vulnerabilidade dos pequenos operadores do setor.



Crédito da foto: Holland.com De Oude Markt em Enschede © Marketing Oost



CRISE DO SETOR HO.RE.CA (HOTELARIA, RESTAURAÇÃO E CAFÉS/CATERING)

Contexto económico holandês mais amplo

Os desafios no setor HORECA refletem uma tendência mais ampla em toda a economia holandesa. Em 2024, 4.270 empresas e instituições, incluindo empresas individuais, foram declaradas falidas — um aumento de 30,5% em relação às 3.272 falências registradas em 2023. Este é o maior número de falências em oito anos, com o pico de 9.431 a ocorrer durante a crise do euro em 2013 [@CBS](#)

Estratégias de mitigação e recuperação

- Adoção da digitalização: a adoção de ferramentas digitais pode aumentar a eficiência operacional, reduzir custos e melhorar o envolvimento do cliente.
- Modelos de negócio inovadores: diversificar os serviços, como oferecer entrega ou catering, pode abrir novas fontes de receita.
- Esforços colaborativos: formar alianças com fornecedores e outras empresas pode levar à redução de custos e à partilha de recursos.

Embora estas medidas ofereçam um alívio potencial, a sua implementação bem-sucedida requer esforços coordenados por parte dos empresários, associações industriais e decisores políticos. Abordar as causas profundas da crise é essencial para garantir a sustentabilidade a longo prazo do setor holandês de hotelaria, restauração e cafetaria [@CBS](#)



AGENDA DE TRANSIÇÃO PROTEICA

Os Países Baixos estão a promover ativamente uma **transição proteica** para mudar os padrões alimentares de **proteínas** de origem animal para **proteínas de origem vegetal**, com o objetivo de criar um sistema alimentar mais saudável e sustentável. O governo holandês estabeleceu uma meta para alterar a proporção atual de consumo de proteínas de 60% de origem animal e 40% de origem vegetal para 40% de origem animal e 60% de origem vegetal.

Para alcançar esse objetivo, foi desenvolvido um plano diretor abrangente, com foco na **agricultura**, na **indústria alimentícia** e no **comportamento do consumidor**. Para os agricultores, o plano enfatiza a viabilidade económica do cultivo de culturas ricas em proteínas, como soja, ervilha, fava e tremçoço. Isso envolve melhorar o rendimento por hectare e aumentar a resistência das plantas a doenças.

Apesar desses esforços, a dieta dos consumidores nos Países Baixos ainda consiste em aproximadamente 61% de proteínas de origem animal e 39% de proteínas de origem vegetal. Embora haja uma mudança cautelosa em direção a um consumo mais baseado em vegetais, o progresso continua lento.

A transição também aborda questões ambientais, uma vez que a redução do consumo de alimentos de origem animal pode diminuir significativamente as emissões de gases com efeito de estufa e o uso de recursos. Estudos indicam que a substituição de alimentos de origem animal por alternativas vegetais pode levar a uma redução de 25 a 55% nas emissões de gases com efeito de estufa. A agenda de transição proteica dos Países Baixos é uma abordagem multifacetada que envolve iniciativas políticas, inovação agrícola e envolvimento dos consumidores para promover uma mudança para dietas à base de vegetais, com o objetivo de melhorar a saúde pública e a sustentabilidade ambiental.

[@RIVM.NL](#) [@WUR.NL](#) [@WUR.NL2](#) [@WUR.NL3](#)



Crédito da foto: Holland.com



INICIATIVAS DE REDUÇÃO DO DESPERDÍCIO ALIMENTAR

O governo holandês está empenhado em reduzir o desperdício alimentar como parte da sua meta de reduzir pela metade o desperdício até 2030, em consonância com os **Objetivos de Desenvolvimento Sustentável da ONU**. Aproximadamente um terço de todos os alimentos produzidos é desperdiçado, o que levou à criação de uma estratégia nacional voltada para consumidores, empresas e inovação política.

Para os consumidores, o **Centro de Nutrição dos Países Baixos** promove a conscientização e soluções práticas, como melhores hábitos de compra e armazenamento. As empresas são incentivadas a reduzir o desperdício de alimentos, oferecendo porções menores e rótulos de validade mais claros. A Aliança Holandesa para Alimentos Sustentáveis promove a colaboração entre o governo e a indústria para reduzir o desperdício em toda a cadeia de abastecimento.

Os esforços políticos incluem o financiamento de investigação sobre estratégias inovadoras de prevenção e reutilização de resíduos. Estas iniciativas fazem parte do **Programa Nacional de Economia Circular 2023-2030**, que visa desenvolver modelos de negócio sustentáveis e minimizar as perdas alimentares.

Ao integrar o comportamento do consumidor, as práticas da indústria e a inovação política, os Países Baixos estão a trabalhar para um **sistema alimentar mais sustentável e circular**.

[@Government.nl](https://www.government.nl) [@CirculairEconomie](https://www.circulair-economie.nl)



Crédito da foto: DutchNews.nl



05

IRLANDA



INTRODUÇÃO

Introdução

O setor culinário da Irlanda enfrenta desafios e oportunidades multifacetados, moldados pela escassez de mão de obra, lacunas na educação alimentar e o aumento do turismo gastronómico. A escassez de mão de obra, particularmente entre chefs, pressiona o setor, agravada por horários pouco sociáveis e instalações de formação insuficientes. A educação alimentar inadequada limita a compreensão do público sobre nutrição e sustentabilidade, enquanto o turismo gastronómico surge como um motor económico vibrante, mostrando a rica herança culinária da Irlanda. Uma análise PESTEL revela fatores influentes: políticas de formação, dependência económica do turismo, tendências sociais para uma alimentação mais saudável, avanços tecnológicos na preparação de alimentos, conformidade legal com a segurança alimentar e preocupações ambientais sobre práticas sustentáveis. Abordar estas dinâmicas é vital para o crescimento do setor.



Mrs C's Home Kitchen, Dundrum, Co. Down, cortesia de Mrs C's Home Kitchen

Educação alimentar na Irlanda

A educação alimentar na Irlanda enfrenta inúmeros desafios, que vão desde recursos limitados até atitudes sociais em relação à nutrição e saúde. Apesar da crescente consciencialização sobre a importância de uma alimentação saudável, existem lacunas significativas no conhecimento e na prática.

Um dos principais desafios é a falta de um currículo estruturado para a educação alimentar e nutricional nas escolas. Embora disciplinas como Economia Doméstica proporcionem alguma exposição, elas não são obrigatórias, deixando muitos alunos sem conhecimentos básicos de culinária ou nutrição. Em 2022, apenas 47% das escolas pós-primárias irlandesas ofereciam Economia Doméstica como disciplina, limitando o acesso a esta área vital da educação.

INTRODUÇÃO

A obesidade infantil é outra preocupação urgente, destacando as deficiências na educação alimentar. Um estudo de 2023 realizado pela Health Service Executive (HSE) revelou que aproximadamente 1 em cada 5 crianças na Irlanda está acima do peso ou é obesa. Esta questão é agravada pela ênfase insuficiente em hábitos alimentares saudáveis nas escolas e pela disponibilidade generalizada de alimentos processados e pouco saudáveis.

O financiamento e os recursos representam barreiras adicionais. Muitas escolas, particularmente em áreas desfavorecidas, carecem das instalações ou materiais necessários para ministrar educação alimentar prática de forma eficaz. De acordo com a Safefood, um órgão público que promove a segurança alimentar e a saúde, num estudo recente cerca de 13% das escolas na Irlanda relataram instalações de cozinha inadequadas.

Fatores culturais e sociais também dificultam a educação alimentar. Os estilos de vida agitados e o aumento dos alimentos prontos para consumo significam que as crianças muitas vezes crescem sem aprender a preparar refeições frescas e nutritivas. Além disso, o marketing direcionado de lanches não saudáveis e bebidas açucaradas complica os esforços para promover escolhas mais saudáveis.

Para enfrentar esses desafios, é necessária uma abordagem com vários parceiros, incluindo a integração de uma educação alimentar abrangente no currículo nacional, o aumento do financiamento para as escolas e a promoção de campanhas de sensibilização do público. Sem essas intervenções, a saúde e o bem-estar a longo prazo da população da Irlanda podem estar em risco.



Tracey's Farmhouse Kitchen, Killinchy, Co. Down, cortesia da Tourism Northern Ireland

IRLANDA: UMA ANÁLISE PESTEL

Política: O governo da Irlanda tem demonstrado um compromisso crescente com a sustentabilidade por meio de políticas como o Plano de Ação Climática e a Estratégia Agroalimentar 2030, promovendo sistemas alimentares ecológicos. No entanto, a fragmentação política e a pressão de poderosos lobbies agrícolas — especialmente nos setores de laticínios e carne bovina — podem impedir a rápida implementação das políticas. A incerteza em torno das reformas da Política Agrícola Comum (PAC) da UE também afeta a planificação de longo prazo na educação e produção alimentar sustentável.

Económica: A Irlanda beneficia de um forte financiamento da UE que apoia práticas sustentáveis na agricultura. No entanto, as pressões económicas, incluindo a inflação, o aumento dos custos da energia e as perturbações na cadeia de abastecimento global, podem limitar o investimento em transições sustentáveis — especialmente para pequenos agricultores e PME nos setores alimentar e hoteleiro. Além disso, a dependência das exportações alimentares pode entrar em conflito com os objetivos de produção local sustentável.

Social: Há uma crescente sensibilização e procura por alimentos saudáveis, locais e produzidos de forma sustentável, apoiada por movimentos como o Origin Green e iniciativas do campo à mesa. No entanto, as divisões entre as zonas urbanas e rurais e os hábitos tradicionais de consumo alimentar podem retardar a adoção de novos quadros de educação alimentar. Existe também uma lacuna de competências em práticas de sustentabilidade entre os profissionais do setor alimentar, o que destaca a necessidade de uma reforma curricular e de iniciativas educativas lideradas pela comunidade.

Tecnológico: A Irlanda está a investir em centros de inovação agrícola e alimentar (por exemplo, Teagasc e FoodWorks), apoiando avanços na agricultura climaticamente inteligente e na rastreabilidade. No entanto, o acesso limitado a tecnologia avançada para pequenos produtores, especialmente em áreas rurais, representa uma barreira. A transformação digital na educação alimentar é desigual entre as instituições, com disparidades no financiamento e na infraestrutura.

Ambiental: A Irlanda enfrenta desafios ambientais significativos, especialmente decorrentes das emissões agrícolas, do escoamento de azoto e da perda de biodiversidade. Estas pressões intensificam a necessidade de práticas sustentáveis. Embora exista um impulso para a reforma, existem tensões entre os objetivos ambientais e os interesses económicos na pecuária, que domina o uso da terra. Os eventos climáticos extremos relacionados com o clima também ameaçam a estabilidade do sistema alimentar.

Legal: A Irlanda está sujeita a regulamentos de sustentabilidade da UE em evolução, incluindo o Acordo Verde e a Estratégia Farm to Fork. As políticas nacionais estão cada vez mais alinhadas, mas a complexidade regulatória — especialmente em planeamento, subsídios e conformidade — pode sobrecarregar pequenas empresas e provedores de educação. Também existem obstáculos legais na integração da sustentabilidade na formação profissional e na educação alimentar, retardando as mudanças curriculares nas instituições.

A Irlanda oferece uma variedade de programas de educação alimentar com o objetivo de melhorar a literacia alimentar, promover hábitos alimentares saudáveis e desenvolver uma ligação mais profunda com a alimentação entre os seus cidadãos. A educação alimentar inclui microcredenciais, cursos do ensino básico e secundário, cursos completos e cursos de curta duração. Incluímos uma lista detalhada de exemplos de cursos de educação alimentar pós-básicos nas páginas seguintes. Alguns exemplos de cursos de curta duração incluem:

1. GROW at School é uma iniciativa da GIY (Grow It Yourself) Ireland que se concentra em aumentar a literacia alimentar nas escolas primárias por meio de experiências práticas de cultivo e aprendizagem. O programa tem como objetivo ter uma horta em 50% das escolas primárias até 2026, impactando a vida de 250.000 crianças. [Giy](#)

2. Food Dudes é um programa premiado, ligado ao currículo escolar, gerido pela Bord Bia. Incentiva as crianças a consumir mais frutas e legumes frescos através de

degustações repetidas, recompensas e modelos positivos. No ano letivo de 2022-2023, mais de 1600 escolas participaram, com mais de um milhão de crianças a terem participado desde o seu início. [Food Dudes](#)

3. O Programa de Alfabetização e Educação Alimentar (LEAF), liderado pela GIY, capacita as comunidades a cultivarem os seus próprios alimentos como uma ação climática vital. Ao transformar bibliotecas em centros de cultivo de alimentos, o LEAF visa impulsionar o cultivo de alimentos como uma ação climática individual dentro da comunidade. [Biblioteca LEAF](#)

4. O Healthy Food Made Easy é um programa que oferece cursos de nutrição e culinária para ajudar as pessoas a manter uma dieta mais saudável, planejar refeições dentro do orçamento e preparar refeições rápidas e nutritivas. Tem sido ministrado a vários grupos, incluindo aqueles com necessidades específicas de saúde, com o apoio financeiro da Safefood e do fundo Healthy Ireland. [Wicklow Partnership](#)



UMA AMOSTRA DAS OFERTAS DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR NA IRLANDA

| Fornecedor | Nome do curso | Notas | Link do curso para mais informações |
|-------------------------------------|---|---------------------------------------|---|
| Longford Westmeath ETB | Preparação de alimentos - Operações de hospitalidade | Mullingar (Nível 5 QQI) | https://www.lwetb.ie/fet/# (LWETB, 2024) |
| Laois Offaly ETB | Ciência Alimentar | Tullamore (Nível 5 QQI) | https://www.loetb.ie/?sfcw-courseid=427285 (LOETB, 2024) |
| Laois Offaly ETB | Alimentação, Bebidas e Culinária Profissional | Tullamore (Nível 2 VTCT) | https://www.loetb.ie/?sfcw-courseid=380889o (LOETB, 2024) |
| Laois Offaly ETB | Ciências Aplicadas com Técnicas Laboratoriais | Tullamore (Nível 5 QQI) | https://www.loetb.ie/?sfcw-courseid=414395o (LOETB, 2024) |
| Laois Offaly ETB | Ciências Aplicadas com Nutrição | Tullamore (Nível 5 QQI) | https://www.loetb.ie/?sfcw-courseid=414390 (LOETB, 2024) |
| Laois Offaly ETB | Culinária Profissional | Tullamore (Nível 5 QQI) | https://www.loetb.ie/?sfcw-courseid=428356 (LOETB, 2024) |
| Laois Offaly ETB | Artes Culinárias com Hospitalidade Ecológica | Formação Laois (Nível 5 QQI) | https://www.loetb.ie/?sfcw-courseid=411627 (LOETB, 2024) |
| ATU Sligo | Certificado L6 em Tecnologias de Validação (Certificado L6 em Tecnologias de Validação) | Ensino misto | https://springboardcourses.ie/details/11081 |
| Universidade Tecnológica de Shannon | Licenciatura em Nutrição e Ciências da Saúde | Licenciatura a tempo inteiro BSC Hons | https://tus.ie/courses/us950/ (TUS, 2024d) |

UMA AMOSTRA DAS OFERTAS DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR NA IRLANDA

| Fornecedor | Nome do curso | Notas | Link do curso para mais informações |
|-------------------------------------|---|---|--|
| Universidade Tecnológica de Shannon | Certificado em Competências Culinárias | Disponível em regime de tempo parcial através do financiamento Springboard em Athlone | https://tusflexiblelearning.ie/culinary-arts/ (TUS, 2024c) |
| Universidade Tecnológica de Shannon | Certificado Superior em Artes Culinárias | Disponível a tempo inteiro e a tempo parcial em Athlone | https://tus.ie/courses/us930/ (TUS, 2024a) |
| Universidade Tecnológica do Shannon | Bacharelato em Artes Culinárias | Disponível em tempo integral e meio período em Athlone | https://tus.ie/courses/us930/ (TUS, 2024b) |
| Universidade Tecnológica do Shannon | Bacharelato em Empreendedorismo Culinário | Disponível em tempo integral e meio período em Athlone | https://tus.ie/courses/us930/ (TUS, 2024b) |
| Universidade Tecnológica do Shannon | Certificado em Pastelaria, Panificação e Sobremesas | Curso de curta duração, disponível em regime de tempo parcial em Athlone | https://tus.ie/courses/direct-entry-pastry-baking-desserts/ (TUS, 2024e) |
| Longford Westmeath ETB | Nutrição | Online (Nível 5 QQI) | https://www.lwetb.ie/fet/# (LWETB, 2024) |
| Longford Westmeath ETB | Catering | Na cidade de Longford (Nível 3 e 4 QQI) | https://www.lwetb.ie/fet/# (LWETB, 2024) |
| Longford Westmeath ETB | Preparação de alimentos | Em Mullingar (Nível 5 QQI) | https://www.lwetb.ie/fet/# (LWETB, 2024) |
| Longford Westmeath ETB | Venda a retalho com formação em barista | Em Mullingar (Nível 4 QQI) | https://www.lwetb.ie/fet/# (LWETB, 2024) |
| Longford Westmeath ETB | Higiene alimentar | Online (Nível 5 QQI) | https://www.lwetb.ie/fet/# (LWETB, 2024) |
| Longford Westmeath ETB | Nutrição e opções saudáveis | Mullingar (Nível 3 QQI) | https://www.lwetb.ie/fet/# (LWETB, 2024) |

ESCASSEZ DE MÃO DE OBRA

O setor culinário irlandês enfrenta uma significativa escassez de mão de obra qualificada, especialmente entre os chefs. Esse déficit abrange vários níveis, desde commis chefs até cargos seniores e especializados. Um relatório de 2015 do Grupo de Peritos sobre Necessidades Futuras de Competências (EGFSN) destacou uma escassez persistente de chefs devidamente qualificados, observando que muitos candidatos não possuíam as qualificações adequadas e que a situação se deteriorou desde então, devido ao aumento dos custos, à COVID-19 e à busca da Irlanda por uma economia inteligente.

A Associação de Restaurantes da Irlanda (RAI) enfatizou a gravidade desta questão, relatando um déficit de aproximadamente 5000 estagiários de chef por ano. Atualmente, cerca de 1800 chefs formam-se a cada ano em programas de formação culinária certificados, o que é insuficiente para atender à procura do setor.



Foto cedida por
Failte Ireland

Vários fatores contribuem para esta escassez:

- **Horários pouco sociáveis e dias de trabalho longos:** a natureza exigente das profissões culinárias, caracterizada por horários de trabalho irregulares e prolongados, dissuade potenciais candidatos e leva a taxas de rotatividade mais elevadas entre os funcionários existentes. [Research@THEA](#)
- **Instalações de formação inadequadas:** O encerramento da CERT, a Agência Estatal de Formação Turística, em 2003, deixou um vazio na formação estruturada de chefs. A RAI tem defendido o restabelecimento desses centros de formação dedicados para reforçar o fluxo de chefs qualificados. [TheTaste.ie](#)
- **Mercado de trabalho competitivo:** Outros setores que oferecem condições de trabalho e benefícios mais favoráveis atraem potenciais talentos para longe da área culinária, agravando a falta de competências.



MUDANÇAS DEMOGRÁFICAS

O panorama demográfico da Irlanda transformou-se significativamente nas últimas décadas, impulsionado pelo aumento da imigração, pelo afluxo de refugiados e requerentes de asilo e pela diversidade cultural. A proporção de residentes não irlandeses tem crescido de forma constante. De acordo com os resultados do Censo de 2022 publicados pelo Serviço Central de Estatística da Irlanda, «20% das pessoas que viviam na Irlanda em abril de 2022 (1 017 437 pessoas) nasceram fora do país, o que representa um aumento em relação aos 17% registados em 2016». Indivíduos de diversas origens constituem uma parte substancial da população, e esta mudança influenciou a cultura alimentar da Irlanda.

A região central da Irlanda registou um aumento notável de restaurantes étnicos, lojas de alimentos internacionais e supermercados. Estes estabelecimentos contribuíram para a diversidade das comunidades da região e introduziram novas tradições culinárias aos residentes irlandeses. As cozinhas asiática, africana, do Médio Oriente e da Europa Oriental enriqueceram as opções alimentares locais e inspiraram a inovação no setor da hotelaria e restauração da região.

As mudanças demográficas destacam a importância de integrar perspectivas diversas na educação alimentar. À medida que as comunidades na Irlanda se tornam mais multiculturais, há uma necessidade crescente de equipar educadores e estudantes com os conhecimentos e competências adequados.

Ao considerar essas mudanças demográficas, os programas de educação alimentar podem desempenhar um papel importante na promoção da inclusão e do respeito mútuo entre populações diversas. A Food Eco-Culture Edu tem como objetivo desenvolver cursos e materiais que ajudem o setor alimentar da Irlanda a se adaptar às mudanças demográficas, aproveitando as mudanças como uma oportunidade para liderar a inovação culinária, a inclusão social e práticas sustentáveis.



Restaurante Kin Khao Thai em Athlone, Condado de Westmeath, Irlanda. Foto cedida pelo Conselho do Condado de Westmeath



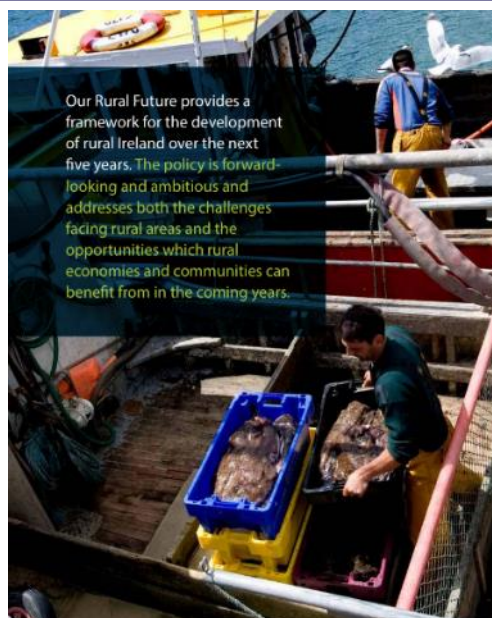
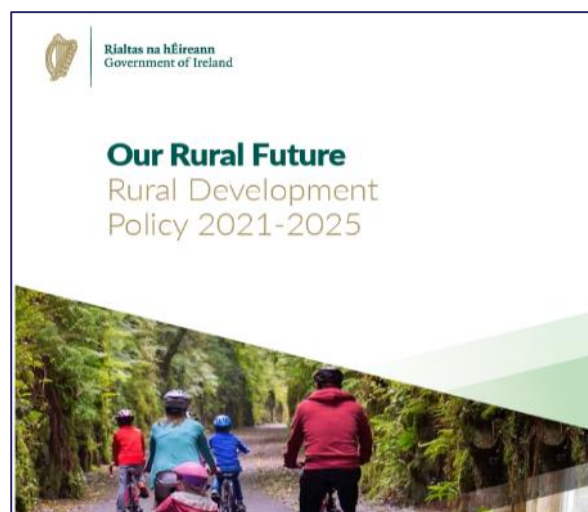
TURISMO GASTRONÓMICO

Connolly e O'Flynn (2023) observam que a indústria alimentar da Irlanda passou por um renascimento significativo, apoiado por iniciativas governamentais como a estratégia de turismo gastronómico da Fáilte Ireland (2018). Reconhecendo a importância económica e social das comunidades rurais, o governo intensificou os seus esforços para garantir a sua sustentabilidade e resiliência, especialmente após a pandemia da Covid-19. Este compromisso reflete-se no documento *Our Rural Future: Rural Development Policy 2021–2025* (Governo da Irlanda, 2021), que enfatiza áreas-chave como o turismo, a cultura, o património e a agricultura e produção alimentar locais. A par destas iniciativas, as contribuições dos historiadores da alimentação e dos profissionais do setor desempenham um papel vital na celebração do património alimentar da Irlanda e na sua partilha com um público internacional (Connolly e O'Flynn, 2023).

O consumo de alimentos e bebidas representa 35% de todas as receitas do turismo internacional. A oferta de alimentos e bebidas da Irlanda tem um papel significativo a desempenhar na recuperação da indústria do turismo do impacto da COVID-19 (Failte Ireland, 2025).

Mulcahy (2017) observa que os gastos com alimentos e bebidas por turistas internacionais na Irlanda geram cerca de

1,2 mil milhões de euros anualmente. Quando o turismo doméstico é incluído, esse número sobe para aproximadamente 2 mil milhões de euros. Essa estimativa é baseada na proporção dos gastos dos turistas alocados para alimentação, que representaram mais de 34% em 2014 (Fáilte Ireland, 2015). Esta percentagem é comparável a outros destinos como o Canadá, mas significativamente superior à África do Sul (8%) e à Austrália (26%) (Mulcahy, 2014: 165).



TURISMO GASTRONÓMICO

A variação entre a Irlanda e esses outros países pode ser atribuída a diferenças no desenvolvimento das ofertas turísticas, nos níveis de tributação ou nos preços relativos dos serviços de alimentação e bebidas. Independentemente disso, os gastos com alimentação e bebidas dos visitantes desempenham um papel crucial na economia da Irlanda, apresentando oportunidades de crescimento não apenas no turismo, mas também em outros setores. Dada a importância desse mercado, as atitudes dos turistas em relação à alimentação merecem atenção.



Belfast Food Tour, Taste and Tour NI, Co. Antrim - Abraça um espírito gigante. Cortesia da Tourism Northern Ireland

Notavelmente, 80% dos turistas na Irlanda consideram-se «positivos em relação à comida», o que significa que a comida aumenta a sua satisfação com a viagem, mesmo que não seja a principal razão da viagem (Fáilte Ireland, 2014: 26), o que está em consonância com as conclusões da OMT, que relatou que 88,2% dos inquiridos consideram a gastronomia um componente estratégico na formação da imagem e da marca de

um destino (Organização Mundial do Turismo das Nações Unidas, 2012: 12). Curiosamente, apenas 10% dos visitantes, rotulados como «entusiastas da comida», viajam especificamente para experiências relacionadas com a comida. No entanto, as suas opiniões são altamente influentes devido aos seus papéis como criadores de tendências e líderes de opinião.

Uma pesquisa da World Food Travel Association corrobora essas conclusões, mostrando que uma percentagem pequena, mas significativa, de turistas (cerca de 8%) viaja principalmente para experiências culinárias (Organização Mundial do Turismo das Nações Unidas, 2015; World Food Travel Association, 2015). Em conclusão, embora a comida seja um motor económico crítico para os destinos, a sua importância vai além das contribuições económicas para melhorar as experiências gerais dos visitantes (Mulcahy, 2017).



Booley and Butter Experience, Co. Armagh. Cortesia da Tourism Northern Ireland

06

PORTUGAL



INTRODUÇÃO

INTRODUÇÃO À EDUCAÇÃO ALIMENTAR EM PORTUGAL

A educação alimentar em Portugal desempenha um papel crucial na promoção de estilos de vida mais saudáveis, na prevenção de doenças relacionadas com a alimentação e na promoção de hábitos alimentares sustentáveis. Como país com uma rica herança culinária, Portugal esforça-se por equilibrar as práticas alimentares tradicionais com as diretrizes nutricionais modernas.

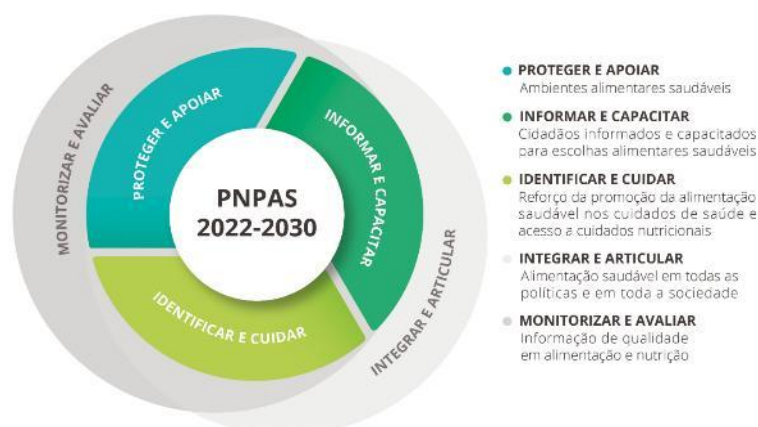
O governo, as instituições educativas e as organizações de saúde implementaram várias iniciativas para melhorar a literacia alimentar, particularmente entre as gerações mais jovens. A educação alimentar em Portugal tem ganho cada vez mais relevância nos últimos anos, refletindo as crescentes preocupações com a saúde pública e a necessidade de promover hábitos alimentares sustentáveis. Embora a cozinha tradicional portuguesa tenha as suas raízes na dieta mediterrânica — frequentemente considerada um modelo de nutrição equilibrada e promotora da saúde —, o país enfrenta desafios significativos relacionados com a nutrição, a literacia alimentar e os resultados em matéria de saúde pública.

O estado atual da educação alimentar

Portugal tomou várias medidas institucionais para promover a educação alimentar, particularmente nas escolas e comunidades. O Programa Nacional de Promoção de Alimentação Saudável (PNPAS), coordenado pela Direção-Geral de Saúde (DGS), desempenha um papel central na sensibilização para escolhas alimentares saudáveis. As escolas são locais fundamentais para a implementação da educação alimentar. Iniciativas como o «Programa Eco-Escolas», a reforma das cantinas escolares e a integração da nutrição nos currículos visam aumentar a sensibilização entre crianças e adolescentes. No entanto, a implementação é muitas vezes inconsistente e há uma falta de profissionais dedicados à nutrição nas instituições de ensino.



Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável.
Crédito fotográfico: alimentacaosaudavel.dgs.pt



INTRODUÇÃO

Principais questões relacionadas com a alimentação em Portugal

Apesar dos esforços, Portugal enfrenta uma série de desafios relacionados com a alimentação que afetam vários segmentos da população:

- **Obesidade e excesso de peso:** De acordo com dados da Organização Mundial da Saúde e das autoridades de saúde portuguesas, mais de 60% da população adulta e aproximadamente 30% das crianças têm excesso de peso ou são obesas. Estes números refletem maus hábitos alimentares, consumo excessivo de açúcar, gorduras e sal, e baixos níveis de atividade física.
- **Desigualdades nutricionais:** Existem disparidades regionais e socioeconómicas marcantes na qualidade da alimentação. As populações com rendimentos ou níveis de escolaridade mais baixos tendem a consumir mais alimentos ultraprocessados e têm acesso reduzido a produtos frescos, reforçando ciclos de saúde precária.
- **Perda do património culinário:** A mudança para alimentos prontos a consumir e a cultura do fast-food está a contribuir para a erosão das práticas culinárias tradicionais e da transferência de conhecimentos entre gerações. Esta tendência tem impacto na identidade cultural e na literacia alimentar a longo prazo.
- **Sustentabilidade e impacto ambiental:** Embora as iniciativas de educação alimentar reconheçam cada vez mais a necessidade de sistemas alimentares sustentáveis, a integração efetiva da consciência ambiental nos currículos relacionados com a alimentação continua a ser limitada. O consumo excessivo de carne e o desperdício alimentar ainda são prevalentes nos lares portugueses e nos serviços de restauração em geral.
- **Desinformação digital:** O aumento de conselhos alimentares não regulamentados nas redes sociais criou confusão e disseminou alegações nutricionais pseudocientíficas, particularmente entre o público mais jovem.



Amêijoas à Bulhão Pato.
Crédito da foto: tasteatlas.com



Costeletas de porco com favas verdes.
Crédito da foto: tasteoflisboa.com

EDUCAÇÃO ALIMENTAR EM PORTUGAL: UMA ANÁLISE PESTEL

EDUCAÇÃO ALIMENTAR EM PORTUGAL: UMA ANÁLISE PESTEL

Para compreender as influências mais amplas na educação alimentar em Portugal, uma análise PESTEL — que examina fatores políticos, económicos, sociais, tecnológicos, ambientais e legais — fornece uma estrutura abrangente. Esta análise irá destacar os principais fatores impulsionadores e barreiras que afetam a educação alimentar e o seu papel na definição dos esforços de saúde e sustentabilidade do país.

1. Fatores políticos

- Políticas governamentais: O governo português implementou estratégias para melhorar a literacia alimentar, tais como o Programa Nacional de Promoção de Alimentação Saudável (PNPAS) da Direção-Geral de Saúde (DGS).
- Influência da UE: Como membro da UE, Portugal segue as diretrizes europeias de segurança alimentar e nutrição, que têm impacto nas regulamentações relativas às refeições escolares e nas campanhas de saúde pública.
- Programas de alimentação escolar: O governo fornece refeições escolares subsidiadas ou gratuitas para garantir que as crianças tenham acesso a alimentos nutritivos. Portugal também tem regulamentos rigorosos sobre refeições escolares, proibindo bebidas açucaradas e lanches não saudáveis nas escolas públicas.

2. Fatores económicos

- Custo dos alimentos saudáveis: O custo relativamente elevado dos produtos frescos, biológicos e de origem local pode dificultar os esforços para promover uma alimentação saudável, especialmente entre as famílias com baixos rendimentos.
- Financiamento do governo e da UE: Programas como o Programa de Fruta e Leite nas Escolas da UE subsidiam alimentos nutritivos nas escolas, melhorando a acessibilidade.
- Influência da indústria alimentar: O setor alimentar, incluindo empresas multinacionais, influencia os hábitos alimentares através de estratégias de marketing e preços.

3. Fatores sociais

- Atitudes culturais em relação à alimentação: a cultura portuguesa dá grande ênfase à alimentação como atividade social e familiar, o que pode ser aproveitado para promover a educação alimentar.
- Obesidade e preocupações com a saúde: as taxas de obesidade infantil são elevadas, o que levou à realização de campanhas educativas para promover uma alimentação mais saudável. A crescente sensibilização para a importância da nutrição e da alimentação saudável, especialmente entre as gerações mais jovens, impulsiona a procura por educação alimentar.
- Mudanças demográficas: O envelhecimento da população e a urbanização influenciam os padrões de consumo alimentar e o foco das iniciativas de educação alimentar.

4. Fatores tecnológicos

- Ferramentas e plataformas digitais: O uso de aplicativos, cursos online e campanhas nas redes sociais para divulgar informações sobre nutrição e alimentação saudável está a crescer.
- Inovação e investigação alimentar: Os avanços na tecnologia agrícola, como a agricultura de precisão e a agricultura vertical, são integrados na educação alimentar para promover a sustentabilidade.
- E-learning e gamificação: As escolas utilizam cada vez mais ferramentas digitais interativas para ensinar sobre nutrição e hábitos alimentares saudáveis.

EDUCAÇÃO ALIMENTAR EM PORTUGAL

5. Fatores ambientais

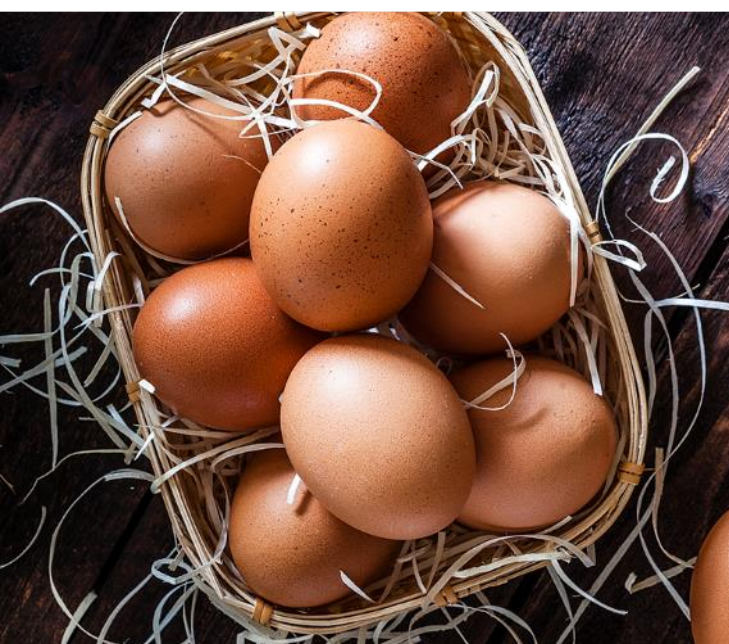
- Sustentabilidade e desperdício alimentar: Há uma ênfase crescente na redução do desperdício alimentar e nas práticas alimentares sustentáveis na educação.
- Impacto das alterações climáticas: As mudanças na produção agrícola podem afetar a disponibilidade de certos alimentos tradicionais.
- Tendências alimentares orgânicas e locais: As escolas e os programas incentivam o consumo de alimentos locais e orgânicos como parte da educação alimentar.

6. Fatores legais

- Regulamentos de segurança alimentar: Portugal aplica leis rigorosas de segurança alimentar e rotulagem que influenciam as refeições escolares e a educação pública.
- Restrições à publicidade: Os regulamentos limitam a publicidade de comida de plástico dirigida às crianças, influenciando as suas escolhas alimentares.
- Diretrizes nutricionais: O governo fornece diretrizes nutricionais obrigatórias para refeições escolares e instituições públicas.

Conclusão

A análise PESTEL da educação alimentar portuguesa revela uma interação dinâmica de fatores que moldam o setor. O apoio político e as iniciativas da UE proporcionam uma base sólida, enquanto as restrições económicas e os desafios sociais, como a obesidade, destacam a necessidade de investimento contínuo. Os avanços tecnológicos e as preocupações ambientais impulsionam a inovação na educação alimentar, e os quadros jurídicos garantem que a educação esteja alinhada com os objetivos de saúde pública e sustentabilidade. Para fortalecer a educação alimentar em Portugal, as partes interessadas devem abordar as barreiras económicas, alavancar as atitudes culturais em relação à alimentação e integrar a tecnologia e a sustentabilidade nos programas educativos.



UMA AMOSTRA DAS OFERTAS DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR EM PORTUGAL

| Fornecedor | Nome do curso | Notas | Link do curso para mais informações |
|--|----------------------------------|--------------------------|---|
| Instituto Superior de Turismo e Hotelaria do Estoril | Produção Alimentar em Catering | Programa de Licenciatura | https://www.eshte.pt/pt/artigos/licenciaturas/producao-alimentar-em-restauracao |
| Instituto Politécnico de Viana do Castelo (IPVC) | Gastronomia e Artes Culinárias | Licenciatura | https://www.ipvc.pt/cursos/gastronomia-e-artes-culinarias/ |
| Universidade do Porto | Ciências Gastronómicas | Mestrado | https://sigarra.up.pt/fcnaup/pt/cur_geral.cur_view?pv_curso_id=18681 |
| Instituto Politécnico do Porto | Gestão de Restauração e Catering | Licenciatura | https://www.esht.ipp.pt/cursos/licenciatura/1007 |
| Instituto Politécnico de Coimbra | Gastronomia | Licenciatura | https://www.ipc.pt/oferta-formativa/licenciatura-em-gastronomia/ |
| Universidade do Porto | Ciências da Nutrição | Licenciatura | https://sigarra.up.pt/fcnaup/pt/cur_geral.cur_view?pv_curso_id=833 |
| Universidade Nova de Lisboa | Ciências da Nutrição | Programa de Licenciatura | https://www.nms.unl.pt/pt-pt/ensino/cursos/licenciatura-em-ciencias-da-nutricao |
| Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro (UTAD) | Ciências da Nutrição | Licenciatura | https://www.utad.pt/estudar/cursos/ciencias-da-nutricao/ |
| Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro (UTAD) | Ciência Alimentar | Licenciatura | https://eduportugal.eu/opcoes-de-estudo/ciencia-alimentar/ |

UMA AMOSTRA DAS OFERTAS DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR EM PORTUGAL

| Fornecedor | Nome do curso | Notas | Link do curso para mais informações |
|--|----------------------------------|---|---|
| Universidade Católica Portuguesa | Ciências da Nutrição | Licenciatura | https://esb.ucp.pt/pt-pt/licenciaturas/licenciatura-em-ciencias-da-nutricao |
| Universidade Lusófona | Ciências da Nutrição | Programa de Licenciatura | https://www.ulusofona.pt/ligboa/licenciaturas/ciencias-da-nutricao |
| Universidade Europeia | Ciências da Nutrição | Programa de Bacharelato | https://www.europeia.pt/licenciatura-ciencias-nutricao/ |
| Universidade Fernando Pessoa | Ciências da Nutrição | Licenciatura | https://www.ufp.pt/inicio/estudar-e-investigar/licenciaturas/ciencias-da-nutricao/ |
| Universidade Católica Portuguesa | Ciências da Nutrição | Licenciatura | https://esb.ucp.pt/pt-pt/licenciaturas/licenciatura-em-ciencias-da-nutricao |
| Instituto Politécnico de Coimbra | Tecnologia Alimentar | Licenciatura | https://www.ipc.pt/en/oferta-formativa/bachelor-in-food-technology/ |
| Universidade Católica Portuguesa | Mestrado em Engenharia Alimentar | Mestrado | https://esb.ucp.pt/en/masters/masters-food-engineering |
| Escolas de turismo em Portugal | em Gestão e Produção de Cozinha | Curso de Especialização Tecnológica (nível 4) | https://escolas.turismodeportugal.pt/curso/gestao-e-producao-de-cozinha/ |
| Associação Portuguesa de Cozinheiros Profissionais | Cozinha e Pastelaria | Curso Profissional (nível 3) | https://acpp.com.pt/inscricoes/curso-profissional-cozinha-e-pastelaria/ |

UMA AMOSTRA DAS OFERTAS DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR EM PORTUGAL

| Fornecedor | Nome do curso | Notas | Link do curso para mais informações |
|--|---|--|---|
| Universidade do Algarve | Mestrado em Tecnologia Alimentar | Mestrado | https://www.educations.com/study-abroad/university-of-algarve/master-in-food-technology-1043511 |
| Universidade Nova de Lisboa | Mestrado em Tecnologia e Segurança Alimentar | Mestrado | https://www.fct.unl.pt/en/education/course/masters-food-technology-and-safety |
| Universidade do Porto | Mestrado em Ciências do Consumidor e Nutrição | Mestrado | https://www.fc.up.pt/studyresearch/study-at-fcup/graduate_courses/consumer-sciences-and-nutrition/ |
| Instituto Politécnico de Leiria | Mestrado em Inovação em Sistemas Alimentares e Nutrição | Mestrado | https://www.ipleiria.pt/en/course/innovation-in-food-systems-and-nutrition/ |
| Instituto Politécnico do Cávado e Ave | Inovação Alimentar e Artes Culinárias | Ensino superior de ciclo curto (nível 5) | https://etesp.ipca.pt/curso/innovacao-alimentar-e-artes-culinarias/ |
| Instituto Politécnico de Leiria | Cozinha e Produção Alimentar | Ensino superior de ciclo curto (nível 5) | https://www.ipleiria.pt/cursos/tesp-de-cozinha-e-producao-alimentar/ |
| Instituto Politécnico de Viseu | Gastronomia, Turismo e Bem-Estar | Ensino superior de ciclo curto (nível 5) | https://essv.ipv.pt/cursos/ctesp/ctesp-em-gastronomia-turismo-e-bem-estar/ |
| Instituto Politécnico do Porto | Serviços de Catering e Restauração | Ensino superior de ciclo curto (nível 5) | https://www.ipp.pt/ensino/cursos/ctesp/esht/898 |
| Escola Profissional de Gaia | Cozinha/Pastelaria | Curso Profissional (nível 3) | https://epg.pt/cursos-ensino-secundario/hotelaria-restauracao-turismo/curso-cozinha-pastelaria/ |

MUDANÇAS DEMOGRÁFICAS

Portugal passou por mudanças demográficas significativas nas últimas décadas, influenciadas por fatores como o envelhecimento da população, os padrões migratórios, a urbanização e as transformações socioeconómicas. A taxa de fertilidade do país permanece abaixo dos níveis de reposição, e a imigração tem desempenhado um papel cada vez mais importante na formação da força de trabalho e das estruturas sociais. Além disso, o despovoamento rural e a crescente concentração da população nas áreas metropolitanas têm afetado as economias e os serviços locais.

Crescimento populacional e migração

Em 31 de dezembro de 2023, a população residente em Portugal era estimada em 10 639 726 habitantes, o que representa um aumento de 123 105 indivíduos em relação ao ano anterior. Este crescimento, observado pelo quinto ano consecutivo, é atribuído principalmente à migração líquida positiva, que compensou o aumento natural negativo resultante de taxas de mortalidade mais elevadas em comparação com as taxas de natalidade (INE, 2024).

Mudanças nas estruturas familiares e nos hábitos alimentares

A estrutura demográfica revela uma tendência significativa de envelhecimento. Em 2023, 24,1% da população tinha 65 anos ou mais, enquanto apenas 12,8% tinha menos de 15 anos. Este desequilíbrio deve-se às taxas de fertilidade persistentemente baixas e ao aumento da esperança de vida. A taxa de fertilidade total em 2023 era de 1,44 filhos por mulher, abaixo do nível de reposição de 2,1 (INE, 2024).

Com o declínio das taxas de natalidade e o tamanho cada vez menor dos agregados familiares, as refeições caseiras tradicionais estão a ser substituídas por alimentos pré-confeccionados, o que suscita preocupações quanto à qualidade nutricional e à literacia alimentar.

As escolas e os programas públicos podem precisar enfatizar a educação culinária para garantir que as gerações futuras mantenham hábitos alimentares saudáveis.

A crescente população imigrante de Portugal traz novos hábitos alimentares, o que pode diversificar o panorama alimentar do país, mas também coloca desafios na integração de diferentes necessidades nutricionais nos programas de saúde pública. Os programas de educação alimentar devem incluir diferentes práticas alimentares culturais, promovendo simultaneamente dietas equilibradas.

Com Portugal focado na agricultura sustentável e na adaptação às alterações climáticas, a educação alimentar deve enfatizar dietas ecológicas, como a dieta mediterrânica, a nutrição à base de plantas e a redução do desperdício alimentar.



TURISMO GASTRONÓMICO EM PORTUGAL: TENDÊNCIAS, DESAFIOS E OPORTUNIDADES

O turismo gastronómico em Portugal tem registado um crescimento significativo nos últimos anos, impulsionado pela rica herança culinária do país, pelas diversas especialidades regionais e pelo crescente interesse global em viagens centradas na gastronomia. A cozinha portuguesa, conhecida pelos seus mariscos, pastelaria tradicional e vinhos, desempenha um papel central na atração de turistas e na promoção do intercâmbio cultural.

A indústria do turismo gastronómico em Portugal é impulsionada por uma combinação de experiências culinárias tradicionais e atividades inovadoras relacionadas com a gastronomia. Os turistas procuram experiências gastronómicas autênticas que vão além das refeições convencionais, tais como mercados alimentares, provas de vinhos e workshops de culinária. De acordo com Mira & Teixeira (2025), os jovens viajantes, particularmente os «foodies», são uma força motriz no turismo gastronómico, procurando ativamente experiências culinárias novas e únicas.

Cada região de Portugal oferece tradições gastronómicas distintas que atraem os turistas:

Lisboa e Porto: famosas pelos pastéis de nata e pelo bacalhau.

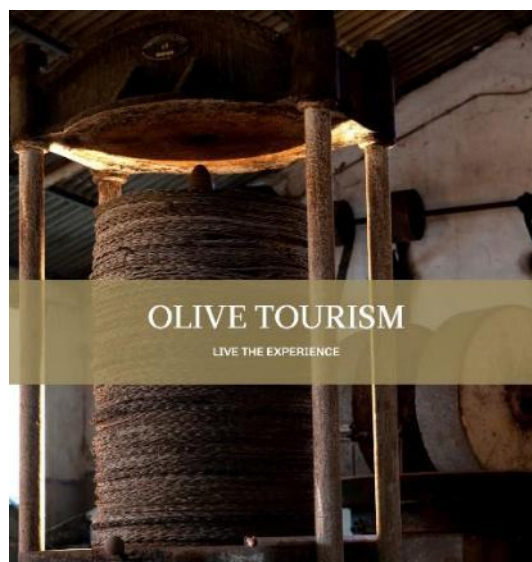
- Alentejo: Conhecido pelo porco preto e pratos à base de pão.
- Vale do Douro: Um importante destino para o enoturismo, particularmente para experiências com vinho do Porto.

- Algarve: Oferece pratos de marisco, como sardinhas grelhadas e cataplana.

Batista et al. (2024) destacam como a produção alimentar e o turismo estão profundamente interligados, particularmente no Algarve, onde as tradições culinárias locais são preservadas através do agroturismo.

O turismo do azeite está a emergir como um setor-chave dentro do turismo gastronómico em Portugal. As regiões do Alentejo e Trás-os-Montes produzem alguns dos melhores azeites do mundo, atraindo turistas para degustações de azeite e visitas a quintas. De acordo com Pato (2024), o turismo do azeite é uma mistura de tradição e inovação, oferecendo experiências imersivas aos visitantes.

Pastel de nata
Crédito da foto:
Tasteatlas.com



Experiência de turismo olivícola.
Crédito fotográfico:
Casaadia.pt

TURISMO GASTRONÓMICO EM PORTUGAL: TENDÊNCIAS, DESAFIOS E OPORTUNIDADES

Embora o turismo gastronómico contribua significativamente para a economia de Portugal, também apresenta desafios, particularmente no que diz respeito à sustentabilidade. Questões como o desperdício alimentar, o excesso de turismo em áreas populares e o impacto ambiental do turismo de massa precisam de ser abordadas.

Fernandes (2025) discute como o turismo gastronómico pode ser usado como uma estratégia de diferenciação para promover o turismo sustentável nos Geoparques Mundiais da UNESCO em Portugal.



Pesca do atum no mar dos Açores.
Crédito fotográfico: nationalgeographic.pt

Com o crescente interesse pelo turismo gastronómico, Portugal está bem posicionado para continuar a atrair viajantes motivados pela gastronomia. As estratégias para o crescimento futuro incluem:

- 1) Reforçar a marca alimentar local através da promoção de produtos DOP (Denominação de Origem Protegida), tais como o vinho do Porto, o queijo da Serra da Estrela e o atum dos Açores.
- 2) Expandir as experiências de turismo gastronómico, incentivando refeições do

campo à mesa, escolas de culinária e passeios de colheita.

- 3) Reforçar os esforços de marketing digital, envolvendo os turistas através de experiências gastronómicas virtuais e narrativas online.



Queijo de Ovelha DOP Serra da Estrela.
Crédito fotográfico: noticiasdacovilha.pt

O turismo gastronómico em Portugal é um setor dinâmico e em evolução que desempenha um papel crucial na indústria do turismo do país. Desde pratos tradicionais ao turismo do vinho e do azeite, Portugal oferece experiências gastronómicas diversificadas e únicas. No entanto, a sustentabilidade e a digitalização são áreas fundamentais que requerem atenção para garantir o sucesso a longo prazo.



Vinhas do Vale do Douro.
Crédito da foto: casadoarco.pt

07

O FUTURO DA EDUCAÇÃO ALIMENTAR NA EUROPA



O Futuro da Educação Alimentar na Europa

Este projeto financiado pela UE reúne parceiros dos Países Baixos, Irlanda e Portugal para explorar como a sustentabilidade, o património cultural e a inovação tecnológica podem moldar a próxima geração de educação alimentar. Ao combinar conhecimentos regionais, conhecimentos tradicionais sobre alimentação e tecnologia moderna, o projeto promove uma abordagem colaborativa e interdisciplinar para enfrentar os desafios alimentares globais. Uma abordagem holística à educação alimentar é essencial para dotar os alunos dos conhecimentos, competências e ferramentas necessários para enfrentar esses desafios, preservando as tradições locais e abraçando as inovações emergentes.

Alguns debates civis e académicos atuais sobre o futuro da educação alimentar giram em torno de temas e áreas de desenvolvimento fundamentais

➤ *Sistemas alimentares sustentáveis e a transição verde*

O Pacto Ecológico Europeu e a Estratégia «Da Quinta à Mesa» visam construir sistemas alimentares justos, saudáveis e amigos do ambiente.

➤ *Reimaginar a educação alimentar*

Educação interdisciplinar, integração de aspetos culturais e históricos.

➤ *Saúde, nutrição e bem-estar*

Combater o aumento dos níveis de doenças relacionadas com a alimentação (por exemplo, obesidade, diabetes)

➤ *Justiça e equidade alimentar*

Insegurança alimentar em comunidades urbanas e rurais, garantir acesso igualitário a alimentos nutritivos e acessíveis e abordar as desigualdades sociais

➤ *Alterações climáticas e biodiversidade*

O papel da educação alimentar na mitigação das alterações climáticas e na proteção da biodiversidade.

➤ *Digitalização e inovação*

Adoção da transformação digital na educação alimentar.

➤ *Inclusão e identidade em sociedades multiculturais*

O reconhecimento da alimentação como portadora da identidade cultural, do património e do sentimento de pertença, e a necessidade de valorizar as diversas tradições culinárias na promoção da inclusão.

➤ *Governança, políticas e colaboração entre múltiplas partes interessadas*

Envolvimento de educadores, decisores políticos, indústria e comunidades.



Foto cedida pela NU Flower



O futuro da educação alimentar na Europa

O que defendemos

Defendemos que o futuro da educação alimentar deve acompanhar a rápida evolução da indústria alimentar, integrar abordagens interdisciplinares, aumentar o envolvimento da indústria e adaptar a inovação digital.

Recordamos aos educadores que o futuro da educação alimentar é mais do que segurança alimentar, nutrição e viabilidade económica, enfatizando também aspetos culturais e históricos, como identidade, migração, legados coloniais e inclusão social.

Comprometemo-nos a moldar o futuro da educação alimentar para abordar questões comuns na Europa, como a escassez de mão de obra e as mudanças demográficas.



Foto cedida por Children North East



08

ESTUDOS DE CASO



ODS

Os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) são um conjunto de 17 objetivos adotados por todos os Estados-Membros das Nações Unidas em 2015. Os 17 objetivos globais servem como um apelo urgente à ação para que todos os países, tanto desenvolvidos como em desenvolvimento, trabalhem juntos numa parceria global. Estas estratégias promovem a saúde, a educação, o crescimento económico e a redução da desigualdade. Pretendem combater o aquecimento global e preservar os oceanos e as florestas.

Esses objetivos formam a base da Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável das Nações Unidas, com o objetivo de promover um mundo mais equitativo e sustentável para as gerações atuais e futuras. Cada objetivo representa uma área crítica em que a cooperação internacional pode trazer mudanças significativas.

O Food Eco-Culture EDU visa alinhar o projeto com os objetivos dos ODS para promover os valores por trás de cada objetivo.

Os estudos de caso apresentados nesta secção demonstram os laços estreitos entre os objetivos dos ODS e o que o projeto promove.

Aqui estão os 17 objetivos dos ODS:

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

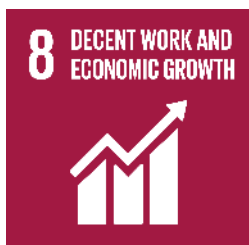


ODS



Sem Pobreza: O Food Eco-Culture Edu promove a diversidade cultural e a inclusão social, ajudando a reduzir a pobreza através da partilha e do desenvolvimento entre pessoas com origens sociais e económicas desfavorecidas. Por exemplo, o **projeto 3 Kitchen** demonstrou o papel da cultura alimentar como um elo de ligação e um veículo de empoderamento, especialmente para indivíduos e comunidades marginalizados.

Educação de qualidade: O projeto incentiva uma educação alimentar inovadora, inclusiva e interdisciplinar que responda às necessidades em evolução da indústria alimentar. Por exemplo, a **Auditoria Regional das Necessidades de Competências em Alimentos e Bebidas de Midlands** examina as lacunas de competências, os desafios e as oportunidades no setor alimentar, oferecendo insights e recomendações.



Trabalho digno e crescimento económico: O projeto conecta a educação alimentar com a indústria alimentar, com o objetivo de preparar os estudantes para carreiras significativas e focadas no futuro na indústria alimentar em evolução.

Indústria, inovação e infraestruturas: O projeto promove a inovação na educação alimentar através da inovação digital e da colaboração com parceiros da indústria e da comunidade.



Redução das desigualdades: O projeto promove a inclusão social e o intercâmbio cultural, particularmente para grupos marginalizados. Por exemplo, o **Jantar Solidário de Inverno de Cork** reuniu pessoas de diversas origens, ajudou a colmatar as disparidades sociais e reduziu as desigualdades.



ODS

Cidades e comunidades sustentáveis: Ao associar a educação alimentar à comunidade e ajudar migrantes, refugiados e recém-chegados a integrarem-se nas comunidades locais, o projeto contribui para cidades e comunidades resilientes, inclusivas e sustentáveis. Por exemplo, a iniciativa **KETI KOTI Festival & Tables** fortalece as comunidades locais e torna-as mais sustentáveis.



Consumo e produção responsáveis: A Food Eco-Culture Edu promove escolhas alimentares sustentáveis, reduzindo o desperdício e incentivando o abastecimento e o consumo éticos e responsáveis. Por exemplo, as «**Rodas Alimentares Portuguesas**» recomendam o consumo de porções diárias com forte ênfase em alimentos de origem vegetal.

Parcerias para os objetivos: O projeto baseia-se na colaboração entre instituições europeias, combinando conhecimento, investigação e prática para alcançar objetivos comuns.



ESTUDO DE CASO 1:

O MOVIMENTO DA COZINHA HOLANDESA

O movimento da cozinha holandesa aspira redefinir a identidade culinária dos Países Baixos, enfatizando a sustentabilidade, a saúde e o orgulho cultural, e influenciando o setor da hotelaria e a educação alimentar em todos os níveis [@DutchCuisine](#)

Identidade cultural e percepção

Historicamente, a cozinha holandesa tem sido vista como simples e sem graça. As refeições tradicionais consistem frequentemente em combinações básicas, como batatas cozidas, legumes e carne, o que leva a uma percepção de monotonia. Esta simplicidade contribuiu para a falta de reconhecimento internacional e para uma diminuição do orgulho culinário entre os próprios holandeses. O movimento procura contrariar esta situação, destacando a riqueza das tradições e ingredientes culinários holandeses. No entanto, alterar percepções enraizadas requer mais do que promoção; exige uma mudança cultural na forma como a comida é valorizada e experimentada [@SabrinaDinmohamed](#)

Sustentabilidade e impacto ambiental

A Holanda é um importante exportador global de alimentos, um estatuto que levou a desafios ambientais, incluindo emissões excessivas de nitrogénio e gases de efeito estufa. A ênfase da Dutch Cuisine em produtos locais e sazonais e na redução do consumo de carne está alinhada com os esforços para mitigar essas questões. No entanto, o movimento enfrenta a tarefa de influenciar tanto os consumidores como os produtores — bem como o setor hoteleiro e a educação alimentar em todos os níveis — a adotar práticas que priorizem a sustentabilidade ambiental em detrimento da eficiência industrial. Essa transição requer mudanças sistémicas nas políticas agrícolas e nos hábitos dos consumidores, o que pode encontrar resistência devido a fatores económicos e culturais [@DutchCuisine](#)



Crédito da foto: Dutch-Cuisine.nl



ESTUDO DE CASO 2: FESTIVAL E MESAS KETI KOTI

Keti Koti, que significa «a corrente foi cortada» em sranantongo (a língua crioula do Suriname), é uma celebração holandesa anual que ocorre a 1 de julho e comemora a abolição da escravatura no Suriname e nas Antilhas Holandesas em 1863. O *Keti Koti* serve como uma plataforma para o diálogo sobre os impactos duradouros do colonialismo, com a comida desempenhando um papel fundamental na promoção da inclusão social e das práticas de descolonização [@KetiKotiTafel @PublicHistoryAmsterdam](#)

No centro desta iniciativa estão as *Mesas Keti Koti*, organizadas pela *Fundação Keti Koti Tafel*. Esses encontros reúnem pessoas de diversas origens para compartilhar uma refeição ritual, facilitando conversas sobre o passado escravista da Holanda e suas repercussões contemporâneas.

O uso da comida nestes eventos é intencional e profundo. Partilhar uma refeição cria um espaço comunitário onde os participantes podem refletir sobre as injustiças históricas e as suas manifestações atuais. Este ato de refeição comunitária serve como uma prática de descolonização, desafiando narrativas históricas e promovendo a compreensão mútua. Ao envolverem-se nessas experiências partilhadas, os indivíduos enfrentam conflitos internos e sociais decorrentes do passado colonial, abrindo caminho para a cura e a inclusão.

O *Keti Koti* e as *mesas Keti Koti* que o acompanham utilizam a comida como um canal para o diálogo, a reflexão e a transformação. Através destes encontros, a Holanda confronta o seu legado colonial, promovendo uma sociedade mais inclusiva que reconhece e aprende com a sua história.

[@UniLeiden @UniMaastricht @UniRotterdam](#)



Crédito da foto: KetiKoti Tafel @OneWestFriesland



ESTUDO DE CASO 3: A REGIÃO CENTRAL DA IRLANDA

O projeto **Food Eco-Culture Edu** explora as ligações entre **alimentação, sustentabilidade ambiental e identidade cultural**. A região de Midlands, na Irlanda, que compreende os condados de Laois, Longford, Offaly e Westmeath, oferece um estudo de caso adequado. É o lar de um setor dinâmico de alimentos e bebidas, moldado pela sua geografia, herança culinária e uma forte ênfase na sustentabilidade.

Historicamente, a **região de Midlands** era um centro de extração de turfa para geração de calor e eletricidade, o que causou grave degradação ambiental. A Bord na Móna, como empresa estatal, desempenhou um papel fundamental nesta tradição e contribuiu para o emprego regional. Com a transição dos combustíveis fósseis para energias mais sustentáveis e renováveis, a região de Midlands está a passar por uma transformação económica e ambiental significativa. O Fundo de Transição Justa da UE está a apoiar iniciativas para restaurar a biodiversidade, promover as energias renováveis e desenvolver indústrias que apoiem e proporcionem novas oportunidades de emprego na região. Os setores do turismo, da alimentação e das bebidas são algumas das áreas-chave para o desenvolvimento.

A **Auditoria Regional das Necessidades de Competências em Alimentos e Bebidas das Midlands** foi concluída pela Universidade Tecnológica de Shannon (TUS) em

colaboração com o Plano Empresarial Regional das Midlands (MREP). A auditoria examina as lacunas de competências, os desafios e as oportunidades no setor de alimentos e bebidas na região das Midlands da Irlanda. Ela oferece insights e recomendações para fortalecer a indústria irlandesa de alimentos e bebidas a nível regional e nacional.



REGIONAL ENTERPRISE PLAN
MIDLANDS

Principais conclusões da auditoria

O relatório destaca a escassez de competências em segurança alimentar, sustentabilidade, literacia digital e gestão, com muitas empresas a terem dificuldades em recrutar e reter pessoal. As empresas da região têm uma forte vontade de colaborar, e os esforços de sustentabilidade enfrentam barreiras como os altos custos das práticas ecológicas e o acesso limitado a ingredientes locais. O setor de alimentos e bebidas de Midlands tem algumas marcas bem conhecidas, como Tullamore D.E.W., Glenisk e Kilbeggan Distillery, no entanto, é necessário desenvolver ofertas turísticas gastronómicas fortes e uma identidade alimentar bem definida.


Midlands
IRELAND



ESTUDO DE CASO 3: AS TERRAS INTERMÉDIAS DA IRLANDA

Oito recomendações principais

1. Conceber e realizar uma VIAGEM DE APRENDIZAGEM para partes interessadas influentes da região de Midlands, para que visitem e aprendam com um destino de boas práticas.
2. Criar um SITE CENTRALIZADO que promova todos os cursos relacionados com a gastronomia disponíveis na região.
3. INVESTIR NO ORGULHO DO TURISMO GASTRONÓMICO da região.
4. Estabelecer MERCADOS E EVENTOS adicionais na região.
5. Conceber e ministrar CURSOS DE FORMAÇÃO curtos e específicos SOBRE O DESENVOLVIMENTO DA ATRACÇÃO DE VISITANTES NA ÁREA ALIMENTAR.
6. Desenvolver um PROGRAMA AVANÇADO DE CURTA DURAÇÃO (SAP) sobre O Futuro da Alimentação na Europa Regional, liderado pela Universidade Tecnológica de Shannon, em conjunto com a indústria local e os parceiros RUN-EU da TUS.
7. Financiar UM ESTUDANTE DE INVESTIGAÇÃO DE PÓS-GRADUAÇÃO - Apoiar a investigação de pós-graduação no desenvolvimento de políticas alimentares e de bebidas na

região de Midlands através do financiamento de um projeto de investigação colaborativo entre uma autoridade regional do setor, a TUS e os parceiros da RUN-EU.

8. MANTER A OFERTA EXISTENTE DE PROGRAMAS DE COMPETÊNCIAS RELACIONADAS COM ALIMENTOS E BEBIDAS na região, mesmo durante um ciclo de baixa procura



A auditoria dota as pessoas com os conhecimentos e competências necessários para aproveitar as oportunidades de desenvolver a identidade alimentar local e regional e o orgulho alimentar, para se concentrarem na melhoria da qualidade dos alimentos e, em última análise, da qualidade de vida, para se concentrarem na saúde e bem-estar das pessoas e para promoverem atividades sustentáveis e regenerativas, por exemplo, restaurando a paisagem destruída, transformando os pântanos e turfeiras explorados em atrações turísticas únicas e biodiversas, que, consequentemente, proporcionam oportunidades de desenvolvimento para as indústrias alimentares e de bebidas.



ESTUDO DE CASO 4: ALIMENTAÇÃO E INCLUSÃO SOCIAL EM CORK

Este estudo de caso tem como base a cidade de Cork, a segunda maior cidade da República da Irlanda, depois de Dublin. Aqui estão algumas informações básicas e factos sobre Cork em termos de população, cultura e alimentação e bebidas. Cork foi a Capital Europeia da Cultura em 2005 e, em 2009, foi incluída no top 10 da Lonely Planet «Best in Travel 2010». Cork foi descrita como estando «no auge: sofisticada, vibrante e diversificada». De acordo com o censo de 2022, a população da cidade e dos subúrbios era 74,4% irlandesa branca, o que significa que mais de 25% da população não era originária da Irlanda. A cidade tem muitas tradições locais em termos de comida, incluindo crubeens, tripa e drisheen, que eram historicamente servidos em restaurantes como os geridos por Katty Barry em meados do século XX.



Foto cedida por: Leonardo Hotels

O English Market vende alimentos produzidos localmente, incluindo peixe fresco, carnes, frutas e legumes, ovos e queijos e pães artesanais. A cidade também é sede da Cervejaria Heineken, que

fabrica a Murphy's Irish Stout, e da cervejaria Beamish and Crawford, nas proximidades, que está na cidade há várias gerações. Outro facto interessante é que 45% dos doces Tic Tac do mundo são fabricados na fábrica da Ferrero na cidade.

Em 11 de dezembro de 2024, Cork sediou o **Jantar de Solidariedade de Inverno de Cork**, organizado pelo grupo Refugee and Migrant Solidarity Ireland (RAMSI), com a presença de mais de 100 convidados, incluindo migrantes, refugiados e cidadãos irlandeses. Alguns pratos tradicionais internacionais, como Makloubá e biryani de carneiro, estavam entre as opções oferecidas, e músicos tocavam música tradicional irlandesa durante o jantar.

Para alguns desses convidados internacionais, foi a primeira oportunidade que tiveram de jantar fora do centro de acolhimento onde vivem e também de desfrutar da culinária dos seus países de origem — da Palestina a diferentes partes de África.

O salão comunitário na cidade de Cork, onde o jantar foi realizado, transformou-se num salão de jantar natalino, com migrantes, refugiados e cidadãos irlandeses reunidos para compartilhar histórias de suas vidas, culinárias de diferentes partes do mundo, música e risadas.



ESTUDO DE CASO 4: ALIMENTAÇÃO E INCLUSÃO SOCIAL EM CORK

O jantar também proporcionou um espaço para fazer novos amigos, com jogos para quebrar o gelo, concebidos para que as pessoas se misturassem.

Alina Marinescu e os seus três filhos estavam entre os participantes, tendo vivido anteriormente em alojamento de emergência durante quase dois anos. Ela disse a um jornal local que finalmente encontrou «estabilidade» e recebeu as chaves da sua nova casa para ela e os seus filhos. Ela também disse ao jornal o quanto estava ansiosa para se mudar para o novo espaço.

Outra participante, Shadia, uma advogada qualificada no Uganda, disse que o Jantar Solidário lhe permitiu ajudar, conhecer novas pessoas e expressar o seu amor pela comida. Ela mudou-se para a Irlanda em 2021 para fazer um mestrado e, inicialmente, «não tinha intenção de ficar» depois de receber o seu diploma, mas depois de conhecer «pessoas incríveis», decidiu que a Irlanda seria o seu lar.

Mohammad, que trabalha como cirurgião num hospital na cidade de Cork, disse que, na meia hora que esteve no jantar, conheceu 10 pessoas novas. «É mais do que conheci no último ano», disse ele.

Gloria Zulu, uma música que vive

em Cork, disse que os eventos e os organizadores «são muito acolhedores». «Sinto o nosso sabor africano na nossa comida, adoro a comunidade e sinto-me em casa», disse ela ao jornal. «Sinto o calor da comunidade e das pessoas aqui e estou grata pelo convite contínuo.»

Samanta Zina, organizadora do evento, acrescentou que estes jantares dão às pessoas em situação de carência «possibilidade e esperança» de fazer novos amigos e conexões.

Este jantar reuniu pessoas de diversas origens, ajudou a colmatar as disparidades sociais, celebrou a diversidade cultural e criou um sentimento de pertença. Este estudo de caso constituiu um exemplo poderoso de como a comida pode promover a inclusão social, o intercâmbio intercultural e a resiliência da comunidade.

O Jantar Solidário de Inverno de Cork ajuda mais de 100 migrantes e refugiados a fazer novos amigos



(Da esquerda para a direita) Saifan, Aabidah Aamall e Goodness Ali no jantar solidário de inverno de Cork, realizado no Ardfallen Centre, Ballinlough, Cork. Foto: David Creedon



ESTUDO DE CASO 5:

BANCO ALIMENTAR CONTRA A FOME

O Banco Alimentar Contra a Fome é uma organização sem fins lucrativos criada em 1991 para combater o desperdício alimentar e prestar assistência alimentar às pessoas necessitadas em todo o território português. Operando através de uma rede de 21 bancos alimentares regionais, a organização colabora com várias instituições de solidariedade social e depende fortemente do trabalho voluntário para cumprir os seus objetivos.

História e missão

Desde a sua criação, o Banco Alimentar tem-se concentrado na recolha de excedentes alimentares da indústria agroalimentar, agricultores, cadeias de distribuição e mercados grossistas. Estes esforços visam prevenir o desperdício alimentar e garantir que os produtos comestíveis cheguem às pessoas e famílias que enfrentam insegurança alimentar. A organização opera sob o princípio de «recolha local, ajuda local», promovendo a proximidade entre doadores e beneficiários e promovendo a solidariedade comunitária.

Principais campanhas e iniciativas

O Banco Alimentar organiza campanhas nacionais semestrais de recolha de alimentos, normalmente realizadas aos fins de semana em aproximadamente 2000 estabelecimentos comerciais em 21 regiões. Estas campanhas mobilizam dezenas de milhares de voluntários que incentivam os consumidores a doarem alimentos. Por exemplo, numa campanha recente, participaram mais de 40 000 voluntários, que recolheram mais de 2292 toneladas de alimentos — um aumento de 10% em relação ao ano anterior.

Além das recolhas físicas, a organização oferece métodos alternativos de doação, como a campanha «Ajuda Vale», na qual os doadores podem comprar vales para alimentos específicos em supermercados participantes. Uma plataforma de doação online, www.alimentestaideia.pt, permite que indivíduos, incluindo aqueles que residem no exterior, contribuam de forma conveniente.

Estatísticas e impacto

As atividades do Banco Alimentar estendem-se ao longo do ano. No ano anterior, os 21 bancos alimentares operacionais distribuíram aproximadamente 28 905 toneladas de alimentos, no valor de cerca de 44,2 milhões de euros, com uma média de 115 toneladas por dia útil. Esta assistência chegou a cerca de 400 000 pessoas através de parcerias com 2600 instituições de solidariedade social, fornecendo cestas básicas ou refeições preparadas.

Estes esforços são particularmente significativos, dado que, de acordo com dados recentes do Instituto Nacional de Estatística (INE), 17% da população portuguesa estava em risco de pobreza em 2022, com mais de 2 milhões de pessoas a enfrentar a pobreza ou a exclusão social. O papel do Banco Alimentar é crucial para mitigar os efeitos da pobreza e promover a coesão social.



ESTUDO DE CASO 5:

BANCO ALIMENTAR CONTRA A FOME

Reconhecimento e importância

O compromisso do Banco Alimentar em reduzir o desperdício alimentar e aliviar a fome posicionou-o como um componente vital da rede de apoio social de Portugal. A sua colaboração com uma ampla gama de partes interessadas, incluindo voluntários, doadores, empresas e entidades públicas, exemplifica um esforço coletivo em direção a uma sociedade mais justa e coesa. A capacidade da organização de se adaptar e inovar, como a incorporação de plataformas de doação online, garante a sua relevância e eficácia contínuas no combate à insegurança alimentar.

O Banco Alimentar Português Contra a Fome desempenha um papel indispensável no combate ao desperdício alimentar e na prestação de apoio essencial às populações vulneráveis. Através da sua extensa rede, base de voluntários dedicados e campanhas inovadoras, não só responde às necessidades nutricionais imediatas, como também promove uma cultura de solidariedade e envolvimento comunitário em todo o país.



Iniciativas do Banco Alimentar
Crédito fotográfico: bancoalimentar.pt

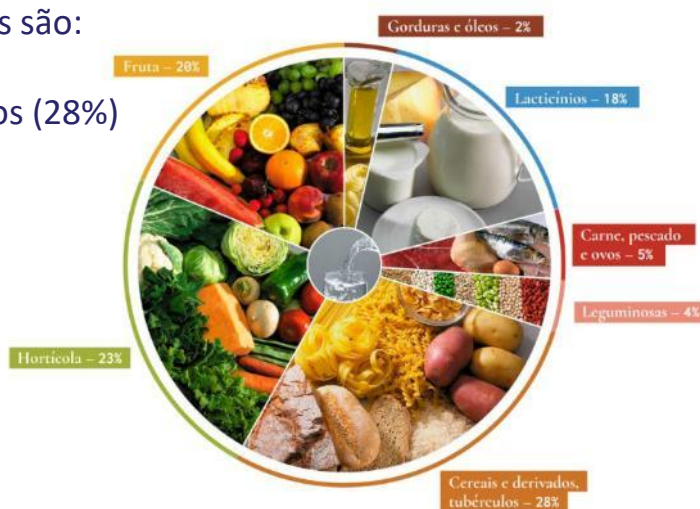


ESTUDO DE CASO 6: A RODA DOS ALIMENTOS

A Roda dos Alimentos Portuguesa, conhecida como Roda dos Alimentos, é um guia prático para uma alimentação saudável, concebido para promover uma nutrição equilibrada e variada. Está dividida em sete grupos alimentares, cada um representando uma porção do que deve ser consumido diariamente com base no seu valor nutricional.

Os grupos da Roda dos Alimentos são:

1. Cereais e derivados, tubérculos (28%)
2. Legumes (23%)
3. Frutas (20%)
4. Laticínios (18%)
5. Carne, peixe e ovos (5%)
6. Leguminosas (4%)
7. Gorduras e óleos (2%)



A Roda Alimentar Portuguesa.

Crédito da foto: alimentacaosaudavel.dgs.pt

A Roda Alimentar Portuguesa recomenda o consumo diário de porções de todos os grupos, com forte ênfase em alimentos de origem vegetal, como vegetais, frutas, leguminosas e cereais integrais. Em comparação com outros modelos alimentares, a Roda Alimentar Portuguesa está fortemente alinhada com a dieta mediterrânica, incentivando o consumo de alimentos locais, sazonais e minimamente processados. Também apoia implicitamente a sustentabilidade através da sua baixa recomendação de produtos de origem animal, particularmente carne vermelha e gorduras saturadas.

A Roda Alimentar é amplamente utilizada em escolas, instituições de saúde e campanhas públicas, desempenhando funções educativas e políticas. Também desempenha um papel importante no planeamento das refeições escolares e na educação nutricional em instituições públicas.

No entanto, continuam a existir desafios em termos da sua adoção na vida quotidiana, particularmente entre as populações mais jovens expostas a dietas modernas de fast food, ricas em alimentos ultraprocessados. As disparidades socioeconómicas, o marketing alimentar e a indústria de alimentos de conveniência atuam frequentemente como barreiras à adesão total. Ainda assim, é amplamente adotada nos programas escolares portugueses.



ESTUDO DE CASO 7: O PROJETO ERASMUS+ 3 KITCHENS

Visão geral do projeto

O projeto *3 Kitchens* é uma iniciativa europeia que aproveita o poder da culinária e do intercâmbio culinário para promover a **inclusão social, o diálogo intercultural e o empoderamento da comunidade**. Através da criação de três ambientes distintos de "cozinha" — **cozinha doméstica, cozinha comunitária e cozinha de formação** —, o projeto reimagina os espaços alimentares como plataformas inclusivas de aprendizagem e partilha para pessoas de todas as origens.

Metas e objetivos

- **Promover a inclusão social** através de experiências alimentares partilhadas.
- Apoiar a integração de **migrantes e refugiados** nas comunidades de acolhimento.
- Proporcionar oportunidades de **aprendizagem intercultural** através das tradições culinárias.
- Desenvolver **ferramentas de formação inovadoras** que combinem a cultura alimentar com o desenvolvimento de competências sociais.

Grupos-alvo

- Migrantes, refugiados e recém-chegados às comunidades locais.
- Trabalhadores comunitários, voluntários e educadores.
- Cidadãos locais interessados no intercâmbio intercultural.

Atividades principais

- **Contar histórias através da comida:** os participantes partilham receitas e histórias pessoais relacionadas com a sua herança culinária.
- **Sessões de culinária intercultural:** Os membros da comunidade preparam e comem refeições juntos num espaço acolhedor.
- **Ferramentas de formação:** criação de conteúdos educativos multimédia que apoiam a aprendizagem informal e o desenvolvimento de competências sociais através de atividades culinárias.

Impacto e contribuição para a cultura alimentar e a inclusão

1. A comida como linguagem universal

Ao focar no ato compartilhado de cozinhar e comer, o *3 Kitchens* preenche lacunas culturais e promove a empatia. A cozinha torna-se um espaço neutro onde a identidade cultural é expressa e respeitada.

2. Empoderamento por meio de habilidades

Os participantes não só partilham receitas, mas também ganham confiança, competências linguísticas e capital social — elementos essenciais para a inclusão e participação na sociedade.

3. Conexão com a comunidade

O projeto fortalece as comunidades locais, criando espaços inclusivos que acolhem a diversidade, incentivam a aprendizagem mútua e combatem o isolamento social.

4. Preservação do património culinário

A abordagem narrativa preserva e celebra as diversas tradições alimentares, reconhecendo o seu valor como parte do património cultural comum da Europa.

Conclusão

O projeto *3 Kitchens* demonstra como uma atividade cotidiana como cozinhar pode ser uma ferramenta poderosa para a **inclusão, o intercâmbio cultural e a educação informal**. Ele destaca o papel da cultura alimentar como um elemento de conexão e um veículo de empoderamento, especialmente para comunidades marginalizadas. Serve como um modelo replicável para o envolvimento comunitário em toda a Europa e além.



3 Kitchens

Volunteer • Seek Employment • Become an Entrepreneur

Website: <https://3kitchens.eu/>

09

CONCLUSÃO



CONCLUSÃO

O relatório abordou as políticas alimentares europeias, destacou os desafios enfrentados pela educação alimentar e a importância de impulsionar mudanças políticas na indústria alimentar em evolução em toda a Europa.

Em seguida, analisou a situação e os desafios da educação alimentar e da indústria alimentar nos Países Baixos, na Irlanda e em Portugal; apresentou uma visão geral da educação alimentar atualmente disponível nos três países; e discutiu as tendências, os desafios e as oportunidades do turismo gastronómico nos três países.

O relatório salientou que a futura educação alimentar na Europa deve adaptar-se às mudanças ambientais, tecnológicas e sociais.

O relatório apresentou estudos de caso dos Países Baixos, Irlanda e Portugal que mostraram iniciativas e atividades que demonstraram como a alimentação pode ser utilizada na educação e na promoção dos valores dos objetivos da UNSDG.

O relatório demonstrou que uma mudança transformadora na educação alimentar é necessária e possível.

Ao incorporar a interdisciplinaridade, a inclusão social, a sustentabilidade e a inovação digital, o projeto oferece um quadro para reimaginar o papel das instituições de ensino superior na definição do futuro da educação alimentar, que dota a próxima geração das competências e valores que têm em conta as dimensões culturais, ambientais e humanas da alimentação, criando um futuro mais justo, mais sustentável e mais conectado.



Coffeetime Cafe,
Kilmacrenan Co Donegal.
Foto cedida por Fáilte
Ireland



10

REFERÊNCIAS



REFERÊNCIAS

Políticas alimentares e de sustentabilidade holandesas

- Dinmohamed, S. (2023). *Pão, molho feio e festas enfadonhas: encontros com as práticas alimentares holandesas*. Em Experiências pós-migração, práticas culturais e tarefas domésticas: uma etnografia da migração dominicana para a Europa (pp. 119-136). Emerald Publishing Limited.
- Cozinha holandesa. (s.d.). *Cozinha holandesa*. Cozinha holandesa. <https://dutch-cuisine.nl/en/>
- Universidade Erasmus de Roterdão. (s.d.). *Mesa de Diálogo Keti Koti na EUR*. Universidade Erasmus de Roterdão. <https://www.eur.nl/en/news/keti-koti-dialogue-table>
- Mesa Keti Koti. (s.d.). *Mesa Keti Koti: Jantar com um toque especial*. Mesa Keti Koti. <https://www.ketikotitafel.nl/keti-koti-table>
- Universidade de Leiden. (12 de setembro de 2023). *Mesa Keti Koti na Universidade de Leiden*. Universidade de Leiden. <https://www.staff.universiteitleiden.nl/events/2023/09/keti-koti-table>
- Universidade de Maastricht. (s.d.). *Mesa de Diálogo Keti Koti*. Universidade de Maastricht. <https://www.maastrichtuniversity.nl/events/keti-koti-dialogue-table>
- Blog de História Pública da UvA. (12 de outubro de 2023). *Está a tornar-se pessoal: Jantar na Mesa Keti Koti*. Universidade de Amesterdão. <https://publichistory.humanities.uva.nl/blog/its-getting-personal-dinner-at-the-keti-koti-table/>
- Rijksoverheid. (s.d.). *Circulaire economie*. Governo dos Países Baixos. <https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/circulaire-economie>
- Rijksoverheid. (s.d.). *Reduzindo o desperdício alimentar*. Governo dos Países Baixos. <https://www.government.nl/topics/food/cutting-down-on-food-waste>
- Rijksoverheid. (3 de junho de 2022). *Estratégia Nacional de Proteínas*. Governo dos Países Baixos. <https://www.rijksoverheid.nl/documenten/kamerstukken/2022/06/03/nationale-eiwit-strategie>

REFERÊNCIAS

Cultura Alimentar e Turismo (Irlanda)

- Connolly, M., & O'Flynn, R. (2023). *Aproveitando o património alimentar da Irlanda – O papel do produtor artesanal de alimentos na oferta turística gastronómica da Irlanda*. **European Journal of Food, Drink, and Society**, 3(1), Artigo 5. <https://doi.org/10.21427/5MBN-4R93>
- Fáilte Ireland. (2014). *Melhorar as experiências gastronómicas irlandesas: O caminho a seguir. Plano de atividades de turismo gastronómico 2014–2016*. Dublin: Fáilte Ireland.
- Fáilte Ireland. (2015). *Factos turísticos 2014: preliminares*. Irlanda: Fáilte Ireland.
- Fáilte Ireland. (2018). *Turismo gastronómico*. Obtido em <https://www.failteireland.ie/food-tourism.aspx>
- Mulcahy, J. D. (2014). *Transformar a Irlanda através do nacionalismo gastronómico promovido e praticado pelo governo, pelas empresas e pela sociedade civil*. Em M. Mac Con Iomaire & E. Maher (Eds.), **Tickling the palate: Gastronomy in Irish literature and culture** (pp. 223–241).
- Governo da Irlanda. (2021). *O nosso futuro rural: Política de desenvolvimento rural 2021–2025*. Obtido em <https://www.gov.ie/en/publication/4c236-our-rural-future-vision->

[and-policy-context/](#)

Gastronomia, turismo e sustentabilidade portugueses

- Batista, D., Guerreiro, M., Costa, M. R., Sequeira, B., Cesário, M., & Agapito, D. (2024). *Património hídrico e turismo cultural comunitário: O caso da planície agrícola costeira do Algarve, no sul de Portugal*. Em **Turismo cultural inovador nas periferias europeias** (pp. 151-169). Routledge.
- Fernandes, G. P. (2025). *Produtos GEOfood, turismo e sustentabilidade ecocultural para territórios vulneráveis: projetos e estratégias nos geoparques portugueses*. Em **Tendências inovadoras que moldam o marketing e o consumo alimentar** (pp. 475-502). IGI Global Scientific Publishing.
- Instituto Nacional de Estatística. (2024). *Estimativas da população residente em Portugal 2023*. Instituto Nacional de Estatística [INE].
- Pato, M. L. (2024). *Turismo do azeite: forma inovadora ou tradicional de turismo rural?* Em **Azeitonas e produtos relacionados com a azeitona – Inovações na produção e transformação**. IntechOpen.

REFERÊNCIAS

Turismo gastronómico global e sustentabilidade

- Organização Mundial do Turismo das Nações Unidas. (2012). *Relatório global sobre turismo gastronómico*. Em P. Jordan (Ed.), **AM Reports (Vol. 4)**. Madrid: Organização Mundial do Turismo (OMT).
- Associação Mundial de Turismo Gastronómico. (2015). *O que é turismo gastronómico?* Obtido em <http://worldfoodtravel.org/what-is-food-tourism/>

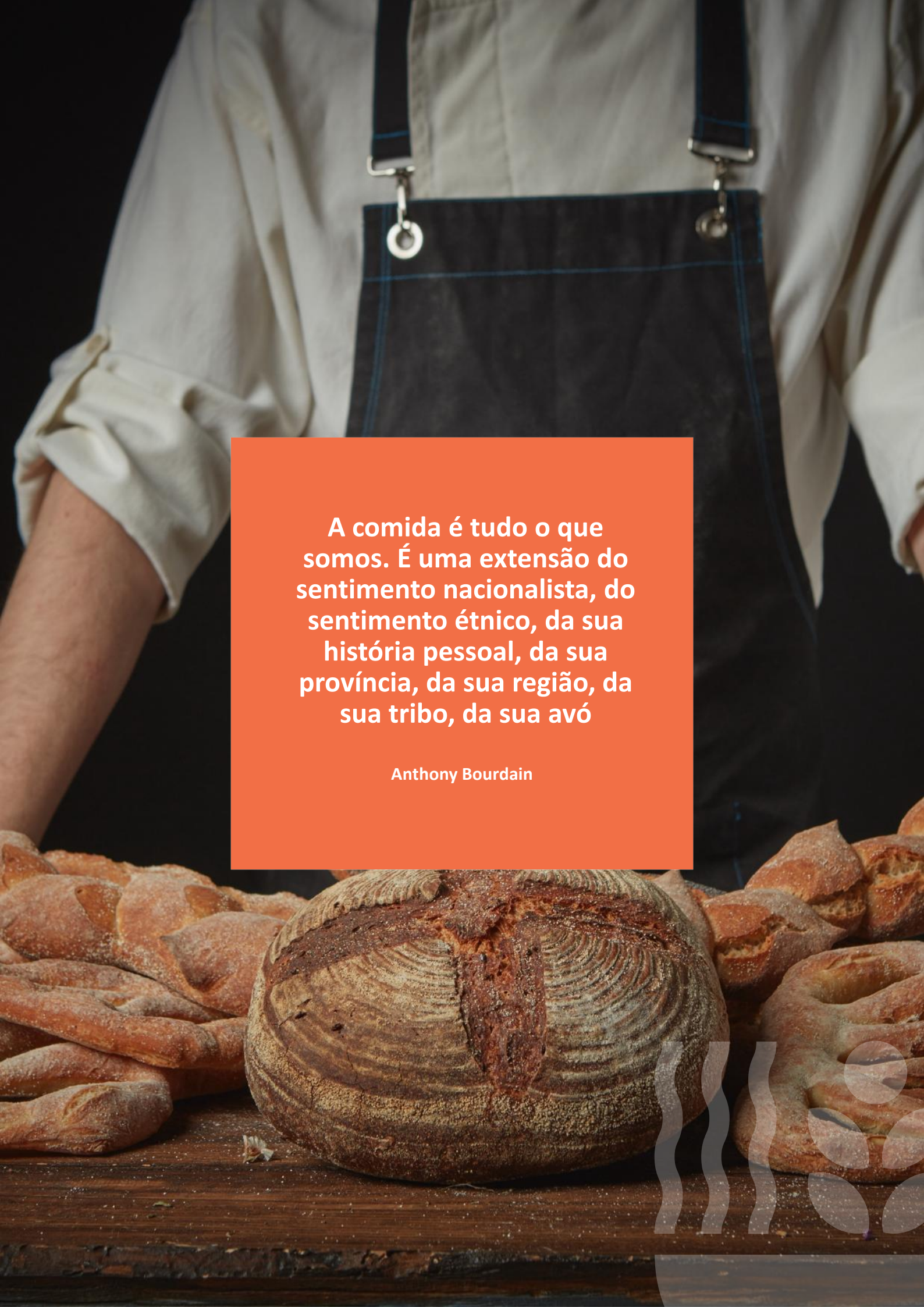
Transição proteica e sustentabilidade

- Universidade e Investigação de Wageningen. (18 de março de 2023). *Cinco grandes players lançam plano diretor para a transição proteica como motor económico na Holanda*. Universidade e Investigação de Wageningen. <https://www.wur.nl/en/newsarticle/five-major-players-launch-masterplan-for-protein-transition-as-economic-engine-in-the-netherlands.htm>
- Universidade e Investigação de Wageningen. (1 de junho de 2023). *Seis alavancas para acelerar a transição proteica*. Universidade e Investigação de Wageningen. <https://www.wur.nl/en/article/six-levers-to-accelerate-the-protein-transition.htm>
- Universidade e Investigação de

Wageningen. (5 de julho de 2023). *Não é tão simples quanto substituir proteínas animais por proteínas vegetais*. Universidade e Investigação de Wageningen. <https://www.wur.nl/en/article/its-not-as-simple-as-replacing-animal-with-plant-based-protein.htm>

Perspetivas económicas e empresariais

- ABN AMRO. (24 de fevereiro de 2025). *Horeca: Da recuperação à crise, número de falências atinge pico em 2025*. ABN AMRO. <https://www.abnamro.com/nl/nieuws/horeca-van-herstel-naar-crisis-aantal-faillissementen-piekt-in-2025>
- Centraal Bureau voor de Statistiek. (3 de março de 2025). *Mais de 30% de falências em 2024*. CBS. <https://www.cbs.nl/nl-nieuws/2025/03/ruim-30-procent-meer-faillissementen-in-2024>



A comida é tudo o que
somos. É uma extensão do
sentimento nacionalista, do
sentimento étnico, da sua
história pessoal, da sua
província, da sua região, da
sua tribo, da sua avó

Anthony Bourdain