

## Reduzir o desperdício alimentar dos consumidores: recomendações para empresas e outras organizações do setor alimentar

O desperdício alimentar é uma questão premente com consequências ambientais, sociais e económicas significativas. Na UE, são produzidas anualmente cerca de 59 milhões de toneladas de resíduos alimentares (131 kg/habitante). A maior parte dos resíduos alimentares é produzida nos agregados familiares e na restauração. Os grupos alimentares que registam maior desperdício são os vegetais, a fruta e os cereais.

Os consumidores podem alterar muitos comportamentos que levam ao desperdício alimentar (por exemplo, cozinhar demasiado), mas a sua capacidade de prevenir o desperdício alimentar é influenciada por uma série de fatores (por exemplo, políticas relacionadas, fatores de estilo de vida). A redução do desperdício alimentar do consumidor exige a colaboração entre todos os intervenientes no sistema alimentar, no qual as empresas e outras organizações do setor alimentar desempenham um papel fundamental.

53 %



do desperdício de alimentos da UE é gerado em agregados familiares (70 kg/pessoa/ano).



9 %

do desperdício de alimentos na UE ocorre na restauração e nos serviços de alimentação, incluindo cantinas escolares (12 kg/pessoa/ano).

### O papel das empresas e de outras organizações do setor alimentar

As empresas do setor alimentar desempenham um papel crucial na resolução do problema do desperdício alimentar, uma vez que estão envolvidas em várias fases da cadeia de abastecimento alimentar, desde a produção até ao consumo. Podem ajudar a reduzir o desperdício alimentar, facilitando escolhas sustentáveis para os consumidores, informando-os sobre os alimentos e o desperdício alimentar e promovendo a sustentabilidade em toda a cadeia de abastecimento alimentar (por exemplo, oferecendo porções de vários tamanhos, garantindo embalagens e operações logísticas adequadas para otimizar o prazo de validade e proteger os produtos na cadeia de abastecimento alimentar e oferecendo embalagens aos consumidores para as sobras em restaurantes). As organizações, como coligações ou terceiros envolvidos na gestão, por exemplo, de acordos voluntários, também desempenham um papel essencial e podem coordenar e facilitar ações destinadas a reduzir o desperdício alimentar dos consumidores.

## Prevenir o desperdício alimentar: uma seleção de ações



### 1 Nudges e ferramentas para os agregados familiares

Os nudges (ou encorajamentos positivos) são pequenas mudanças no ambiente que são fáceis de implementar e tornam mais provável que um indivíduo faça uma escolha específica ou se comporte de uma maneira específica. Estas ações visam melhorar as competências dos consumidores no domínio da gestão alimentar e apoiá-los na adoção de novos hábitos e rotinas para reduzir o desperdício alimentar em casa. A duração deve ser de no mínimo uma semana para testar e avaliar os efeitos; depois, podem ser adotadas instruções e ferramentas por um período mais longo. Alguns instrumentos mostram reduções do desperdício alimentar até 40 % em comparação com o cenário de base. A monitorização é altamente recomendada e pode ser feita através de avaliação direta (análise da composição dos resíduos ou diários de resíduos alimentares) ou de inquéritos e grupos de controlo.

#### Como implementar as ações

- **Compreender que comportamentos precisam de ser mudados** e que públicos-alvo devem ser alcançados.
- **Identificar os melhores canais** para fornecer ferramentas/instruções aos agregados familiares visados.

- **Incluir um grupo de controlo e uma avaliação de referência** para compreender o contexto e os níveis de desperdício alimentar antes de começar, para ser possível monitorizar os efeitos da ação.

#### Alguns exemplos bem-sucedidos

- *Oferecer autocolantes para colocar nos aparelhos de cozinha (frigoríficos e congeladores) para lembrar os consumidores sobre bons hábitos de armazenamento.*
- *Distribuir copos medidores de porção para ajudar os consumidores a preparar porções de acordo com suas necessidades.*
- *Partilhar receitas elaboradas especificamente para permitir maior flexibilidade na escolha dos ingredientes e incentivar o uso de sobras alimentares.*
- *Incentivar a utilização de listas de compras para melhorar o planeamento das refeições e evitar compras por impulso.*

## 2 Nudges fora de casa (restauração)

Trata-se de nudges que visam especificamente o desperdício alimentar do consumidor em contextos como serviços de catering para empresas, cantinas escolares e universitárias, festivais, restaurantes e takeaways. O seu objetivo é influenciar o comportamento dos consumidores, incentivando-os a reduzir o desperdício alimentar.

### Recomendações importantes

- **Conhecer as preferências dos consumidores.** Essas informações — que podem depender do contexto — podem ser recolhidas através de questionários ou discussões abertas, pois isso aumentará a eficácia das ações.
- **Dar prioridade à avaliação das ações.** Assim, será mais fácil perceber se as ações estão a funcionar conforme previsto e ajustá-las, se necessário.
- **Partilhar conhecimentos e experiências para motivar a ação.** Os profissionais que se dedicam à redução do desperdício alimentar carecem frequentemente de acesso a recursos baseados em provas e prontos a utilizar, tais como ferramentas, melhores práticas, recomendações e orientações. A parceria com outros intervenientes envolvidos na cadeia de abastecimento alimentar (por exemplo, operadores de gestão de resíduos, distribuidores, fornecedores) pode maximizar o impacto das suas ações. Estabelecer parcerias com investigadores e a academia pode ajudar a definir as ações.

- **Combinar diferentes ações.** Muitas estratégias eficazes para reduzir o desperdício alimentar combinam diversas ações, como a sensibilização, o fornecimento de materiais informativos, a distribuição de ferramentas práticas e a criação de um ambiente de decisão que incentive a redução do desperdício alimentar através de nudges.

### Alguns exemplos bem-sucedidos

- *Utilizar tecnologia para monitorizar o desperdício de alimentos e apresentar mensagens importantes aos clientes para aumentar a sua consciencialização e, possivelmente, influenciar o seu comportamento no momento de descartar sobras alimentares.*
- *Envolvimento com diferentes colaboradores, tais como organizações de restaurantes locais, para incentivar a utilização de embalagens para os alimentos não consumidos nas instalações.*
- *Oferecer aos clientes a oportunidade de ajustar o tamanho das porções e os ingredientes.*

[Obtenha mais informações no compêndio de ferramentas, melhores práticas e recomendações para reduzir o desperdício alimentar dos consumidores.](#)

O [Fórum Europeu dos Resíduos Alimentares dos Consumidores](#) é um projeto-piloto da UE da Direção-Geral da Saúde e da Segurança dos Alimentos e do Centro Comum de Investigação da Comissão Europeia. O projeto recolheu dados e identificou soluções práticas e baseadas em provas para reduzir o desperdício alimentar ao nível dos consumidores.






A UE e os seus Estados-Membros estão empenhados em cumprir o [Objetivo de Desenvolvimento Sustentável 12.3](#) de, até 2030, reduzir para metade, à escala global, o desperdício de alimentos per capita, tanto a nível de retalhistas como de consumidores, e reduzir os desperdícios de alimentos ao longo das cadeias de produção e abastecimento. Saiba mais sobre as ações da UE para reduzir o desperdício alimentar na [página Web da Comissão sobre desperdício alimentar](#).

### Informações adicionais:



Contacto: [JRC-FOODWASTE-FORUM@ec.europa.eu](mailto:JRC-FOODWASTE-FORUM@ec.europa.eu)

Plataforma Científica da UE: <https://joint-research-centre.ec.europa.eu>

 @EU\_ScienceHub  EU Science Hub Joint Research Centre  
 EU Science, Research and Innovation  EU Science Hub  @eu\_science



Serviço das Publicações  
da União Europeia