Programa “Prato Sustentável” reduz 162 toneladas de CO2 em Albufeira

written by O Cidadão | 28 de Setembro, 2025

O **Município de Albufeira** apresentou resultados da implementação do programa **“Prato Sustentável”**, em vigor entre **setembro de 2022 e junho de 2025**. Durante este período, foram servidos **190 mil pratos de base vegetal** em 21 escolas do concelho, no ensino pré-escolar e no 1.º ciclo.

O programa resulta de um **protocolo entre o Município e a Associação Vegetariana Portuguesa** e foi dinamizado pela **ProVeg Portugal**, organização sem fins lucrativos. Através da introdução de refeições com leguminosas como principal fonte proteica, foi possível alcançar uma **redução de 162 toneladas de carbono, 22 milhões de litros de água e 261 mil metros quadrados de solo**.

O estudo da ProVeg Portugal concluiu que a **pegada de carbono dos pratos vegetais foi, em média, duas vezes inferior à das refeições com proteína animal**; a **pegada hídrica também duas vezes inferior** e o **uso do solo 3,7 vezes inferior**.

O presidente da Câmara Municipal, **José Carlos Rolo**, considera que ***"o programa é extremamente importante para a alteração dos hábitos alimentares das crianças e das famílias albufeirenses, bem como a nível ambiental". O autarca recorda ainda que "os portugueses consomem quatro vezes mais carne do que é recomendado, pelo que é extremamente importante este esforço da autarquia destinado à alteração dos hábitos alimentares das famílias, começando precisamente pelos mais pequeninos, pelas crianças que frequentam os nossos estabelecimentos de ensino".***

O programa incluiu ainda **ações de capacitação para cozinheiros responsáveis pela confeção dos pratos e workshops para pais e encarregados de educação**, que tiveram boa aceitação.

Os pratos foram inspirados na **gastronomia portuguesa** e, para cada receita, foi realizada uma comparação entre a pegada dos pratos vegetais e a dos equivalentes de origem animal. No caso da **bolonhesa de lentilhas**, por exemplo, a emissão foi de **0,09 kg de CO2eq por porção**, enquanto a mesma receita com **carne de vaca atingiu 2,89 kg de CO2eq por porção**.

Segundo os responsáveis pelo estudo, ***"o impacto positivo é significativo e evidencia o papel das escolhas alimentares na mitigação das alterações climáticas"***.

OC/RPC