

Como preparar nutricionalmente o país para a próxima tempestade

São raros os Planos Municipais de Emergência de Proteção Civil? desenvolvidos com o apoio de profissionais da área da alimentação.



Pedro Graça

15 de Fevereiro de 2026, 21:11

As sucessivas tempestades que assolaram Portugal nas últimas semanas tornaram visível a necessidade de uma preparação adequada das autoridades nacionais e locais para gerir o apoio alimentar em situações de catástrofe.

A disponibilidade de alimentos em momentos de calamidade é tão crítica quanto a habitação ou os cuidados de saúde, e a ausência de planeamento alimentar constitui uma vulnerabilidade sistémica na maior parte dos documentos nacionais sobre a resposta a crises. Em situações de catástrofe, o acesso a alimentos é frequentemente interrompido. Nesses casos, os cidadãos mais vulneráveis – idosos, famílias com baixo rendimento ou pessoas sem transporte – ficam desproporcionalmente afetados por interrupções no abastecimento e dificuldades de acesso a alimentos.

O planeamento adequado permite identificar pontos logísticos críticos – por exemplo, rotas de transporte, locais de armazenamento e sistemas de distribuição – e criar planos detalhados para manter o fluxo de alimentos após um desastre. Por outro lado, o fornecimento de refeições e a partilha de alimentos em locais adequados fortalecem o apoio social e a coesão comunitária, ajudando a lidar e a recuperar emocionalmente em situações de pós-catástrofe.

Em Portugal, os municípios têm responsabilidades na elaboração e execução dos Planos Municipais de Emergência de Proteção Civil (PMEPC). A Lei de Bases da Proteção Civil, bem como as diretivas técnicas associadas, exigem a previsão de medidas de apoio logístico e humanitário, incluindo o fornecimento alimentar. Todas as autarquias devem dispor de um PMEPC que define a atuação antes, durante e após situações de acidente grave ou catástrofe. Estes planos devem prever medidas de apoio logístico e de assistência às populações, garantindo a satisfação de necessidades básicas como alimentação e acesso a água potável. O PMEPC deve identificar as entidades responsáveis pelo apoio alimentar e os mecanismos gerais de fornecimento, designadamente em situações de resposta imediata e de acolhimento de populações deslocadas ou concentradas, bem como os locais onde esse apoio pode ser prestado.

Em anexos operacionais ou planos complementares, é importante inventariar cozinhas coletivas e refeitórios, armazéns alimentares municipais ou de parceiros, bem como a capacidade de confeção e distribuição de refeições. Idealmente, estes planos devem incluir estimativas de refeições por dia, valor nutricional, autonomia alimentar mínima (48-72 horas), locais de confeção, pontos de distribuição, horários, circuitos seguros de transporte, regras de higiene e controlo sanitário, e a entidade responsável pela coordenação.

Apesar de as recomendações alimentares e nutricionais serem muito relevantes para a definição de um plano municipal de emergência, são raros os PMEPC desenvolvidos com o apoio de profissionais da área da alimentação, que integrem de forma estruturada as recomendações anteriormente referidas, incluindo modelos de autonomia alimentar mínima baseados em recursos de produção de proximidade, inventário de recursos locais e de eventuais reservas estratégicas, bem como uma abordagem específica a grupos populacionais vulneráveis.

Nessas situações de crise, como o caso deste “comboio de tempestades” ocorrido nas últimas semanas é muito frequente o aparecimento de cadeias de solidariedade de empresas ou de grupos de cidadãos que se entreadjudam no apoio alimentar ou no fornecimento de água. Trata-se de respostas importantes e até necessárias, mas que continuam a evidenciar uma dependência excessiva da improvisação, em detrimento de uma preparação estruturada para enfrentar cenários de emergência.

Felizmente, existe em Portugal conhecimento técnico e profissionais treinados para a elaboração destes documentos. Vamos, então, preparar o país nutricionalmente para as próximas tempestades?

O autor escreve segundo o acordo ortográfico de 1990