



Explorador/a da Biodiversidade

Objetivo

Compreender a importância da **biodiversidade alimentar** para a **nutrição**, a **adaptação às alterações climáticas** e a **sustentabilidade dos sistemas alimentares**, explorando variedades reais disponíveis no teu contexto.

A TUA MISSÃO

Escolhe **uma categoria de alimentos** e investiga a diversidade que encontras no teu mercado local.

Passo 1 — Escolhe a categoria

Seleciona **uma**:

- ☐ Fruta
- ☐ Legume
- ☐ Cereal
- ☐ Leguminosa

Categoria escolhida: _____

Passo 2 — Variedades disponíveis

Identifica **três variedades** dessa categoria disponíveis no teu mercado local:

1. _____
2. _____
3. _____



Passo 3 — Pesquisa

Para cada variedade, investiga:

Variedade	Origem	Características nutricionais	Adaptações climáticas

(ex.: resistência à seca, cultivo local, sazonalidade, necessidade de água)

Passo 4 — Prova algo novo

Escolhe **uma variedade** que nunca tenhas experimentado.

- Qual foi? _____
- O que achaste do sabor, textura ou forma de preparação?

Passo 5 — Síntese

Escreve **uma frase** que resuma o que descobriste sobre **biodiversidade e alimentação**:



REFLEXÃO FINAL

Porque achas que proteger a **biodiversidade alimentar** é importante para o futuro da nossa alimentação?

DICA FOODWISELAB

Mais diversidade no prato significa **mais nutrientes, maior resiliência agrícola e mais opções para responder às mudanças climáticas.**