

Produção de alimentos e saúde da população

O Brasil é o 4º maior produtor de alimentos do mundo, atrás de China, Estados Unidos e Índia; mas é 2º nas exportações, depois dos Estados Unidos. A soja, a carne, o açúcar e o café estão entre os principais produtos na pauta das exportações brasileiras, somando aproximadamente 30% do total exportado pelo país. No entanto, mesmo sendo o Brasil um grande produtor de alimentos, nele ainda são encontrados milhares de cidadãos mal nutridos. Muitos desses famintos são pequenos produtores que vivem no campo, junto da produção. Muitas vezes não consomem o alimento que eles próprios produzem, porque precisam vendê-lo para conseguir algum dinheiro para outras necessidades mais urgentes - medicamentos, por exemplo.

Não é racional passar fome no Brasil, um país capaz de produzir alimentos o ano todo e, em praticamente, todo o seu território. Tem, portanto, condições para produzir o suficiente para alimentar convenientemente seus cidadãos e exportar excedentes em grandes volumes. Não é pela incapacidade do setor agrícola para produzir mais alimentos que alguns cidadãos brasileiros passam fome, mas sim, pela incapacidade dos nossos legisladores de elaborar e implementar políticas públicas capazes de distribuir a renda de maneira mais justa e equânime, dando condições financeiras para que os que vivem à margem do mercado possam dele participar, comprando o próprio alimento.

Alimento é saúde, que faz falta para quem não se alimenta adequadamente, seja na quantidade ou na qualidade. Uma pessoa bem alimentada apresenta menores riscos de contrair doenças e estará mais apta para o trabalho, dado o bem estar físico e mental de que desfruta. Bem alimentada e com saúde, a pessoa pressiona menos o sistema previdenciário, falta menos ao trabalho e produz mais. O alimento é o melhor remédio: "Que seu remédio seja teu alimento, e que seu alimento seja teu remédio" escreveu Hipócrates, o pai da Medicina, há 2.400 anos.

O equilíbrio do valor nutricional dos alimentos que ingerimos é fundamental, pois só existe um alimento completo, que é o ovo; mas ninguém consegue sobreviver só ingerindo ovo. O ideal é combinar alimentos que forneçam carboidratos (cereais e tubérculos), proteínas e gorduras (carnes e leguminosas), vitaminas e minerais (frutas e verduras), dentre outros.

Alimentação mal balanceada é resultado do desconhecimento do consumidor sobre o valor nutricional de cada componente da dieta. É crime passar fome no Brasil.



Autor:

Amélio Dall'Agnol - Pesquisador da Embrapa Soja