Alimentos, nutrição e saúde

Reforçando as complementaridades

Elisio Contini[1]
Geraldo Martha Jr.[2]
Beatriz Pinheiro[3]

ALIMENTOS VÊM sendo preocupação crescente nas sociedades de hoje, particularmente entre políticos, cientistas e organizações internacionais como a Organização da Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO) e o Instituto Internacional de Pesquisa para Políticas Alimentares (Ifpri). O problema distributivo e o crescimento da demanda de alimentos têm elevado os preços e levantado questionamentos sobre a capacidade de a produção futura atender às necessidades de uma população mundial crescente e de maior nível de renda. Após redução de preços por décadas, os preços das *commodities* agrícolas, incluindo os alimentos básicos, elevaram-se fortemente em 2008 e 2009 com repique a partir de meados de 2010 e início de 2011, reforçando a importância estratégica do setor agrícola no mundo.

O recente relatório *O futuro da alimentação e agricultura: desafios e opções para a sustentabilidade global* (www.bis.gov.uk), publicado pelo governo inglês, contém informações e projeções sobre a oferta e a demanda de alimentos a nível global.[4] As conclusões reforçam que o sistema alimentar mundial enfrentará enormes desafios nos próximos 40 anos para atender a uma demanda crescente, além de alimentar adequadamente as 925 milhões de pessoas que hoje passam fome. O referido relatório faz recomendações para aumentar a produção agropecuária de forma sustentável e, ao mesmo tempo, de como assegurar o acesso global aos alimentos e combater a fome. Cabe ao Brasil responsabilidade crescente no suprimento de mais alimentos, tanto de grãos como de carnes, para ao mundo, já que dispõe de terras agricultáveis, água, tecnologia e agricultores competentes.

Em fevereiro de 2011, realizou-se na Índia importante conferência sobre Agricultura, Nutrição e Saúde, organizada pelo Ifpri e com a participação de representantes oficiais de países, organizações internacionais, cientistas e empresários. A novidade desta conferência foi ir além da disponibilidade e do acesso a alimentos e reforçar a preocupação com as inter-relações e complementaridades entre a alimentação e seus efeitos sobre a nutrição e a saúde das pessoas. Pode-se pensar que tudo se produz naturalmente, isto é, as pessoas, ao se alimentarem, estão se nutrindo, e a saúde melhora. Mas o processo é bem mais complexo.

O elemento mais básico é a disponibilidade e o acesso aos alimentos para toda a população. Em pleno século XXI, 925 milhões de pessoas passando fome no mundo é uma vergonha para a humanidade! Mesmo agricultores em países pobres e superpovoados, como a Índia, não conseguem produzir adequadamente nem para o próprio sustento. Neste mesmo país, estima-se que metade das crianças com cinco anos ou menos é malnutrida, apesar dos progressos da Revolução Verde das últimas quatro décadas. Principalmente no meio urbano, a acessibilidade a alimentos depende do nível de renda das famílias ou de sua complementação por governos.

O segundo elemento de discussão refere-se à qualidade dos alimentos. Para seu desenvolvimento normal, o organismo humano necessita, basicamente, de energia, proteínas, minerais e vitaminas. Como muitos dos produtos consumidos não contêm todos os componentes nutricionais necessários, recomendam-se dietas variadas. Consumo de poucos produtos, que levem a desbalanços nutricionais, pode causar disfunções no organismo e afetar a saúde das pessoas. Para produtos que contribuem fortemente para o aumento de componentes no organismo humano, como o colesterol e glicose no sangue, recomenda-se parcimônia em seu consumo. Populações em idade mais avançada demandam mais frutas e legumes que populações jovens.



Como aumentar o conteúdo nutricional dos alimentos?

O método mais tradicional tem sido o melhoramento genético, que consiste na seleção de características desejadas (mais nutrientes) de um produto, direcionado para populações que sofrem de má nutrição. Um exemplo bem ilustrativo são os progressos obtidos pelo Programa Harvest Plus, liderado pelo Grupo Consultivo Internacional de Pesquisa Agrícola (CGIAR em inglês), com a participação de cientistas brasileiros. Este programa, em produtos de amplo consumo popular, elevou os teores de micronutrientes, como ferro no feijão e milho, zinco no arroz e trigo e vitamina A em mandioca, milho e batata-doce. Esses produtos de nutrição fortalecida estão sendo disseminados em países da África, cujas populações sofrem de subnutrição.

O segundo grupo compreende os alimentos enriquecidos, definidos pela legislação brasileira como todo o alimento ao qual foi adicionada substância nutriente com o objetivo de reforçar o seu valor nutritivo. O consumidor brasileiro já encontra no mercado uma gama de produtos enriquecidos, como lácteos com cálcio, vitaminas, ácido fólico, geleia real ou ácidos do complexo ômega 3, margarina enriquecida com fitoesterol e antioxidantes, cereais com ferro e vitaminas B, sucos de frutas com vitaminas, especialmente a C, ovos "sem colesterol" enriquecidos com ácidos gordurosos de efeito cardioprotetor, bolachas com vitaminas, minerais, cereais ou fibra.

Outra interação importante para a área de saúde é a obtenção de medicamentos a partir de plantas medicinais e fitoterápicas. As plantas são fontes importantes para o descobrimento de novos princípios ativos, de interesse da medicina. Por exemplo, o taxol, um diterpenoide texano derivado de *Taxus sp* para tratamento de câncer ovariano; o etoposídio, obtido de *Podophyllum sp* tem ação no tratamento de carcinomas testiculares, pulmonares e leucemias não-linfocíticas. A pesquisa em engenharia genética de plantas avança para obter princípios ativos eficientes e mais baratos, como hormônios de crescimento e substâncias anticancerígenas, a partir de soja transgênica, como atestam experimentos em execução no Centro de Biotecnologia e Recursos Genéticos da Embrapa. Trabalhos têm destacado a importância da biodiversidade brasileira, principalmente na Amazônia, como fonte de riqueza nacional para o futuro. Falta aprimorar a transformação desta biodiversidade em produtos comercializáveis que gerem emprego e renda para as populações locais!

Preocupação mais recente nas interações entre alimentos, nutrição e saúde diz respeito à obesidade, um problema presente nos países desenvolvidos, mas que começa a atingir também populações mais pobres. Segundo o IBGE (2010),[5] metade da população brasileira está acima do peso, um terço das crianças apresenta sobrepeso e 14,3% estão obesas, podendo ocasionar doenças relacionadas à obesidade ainda na infância. Já são conhecidas as consequências da obesidade sobre a saúde, como doenças cardíacas, diabetes e outras, reforçando o tema como uma questão de saúde pública.



SXC.HU

Como na maioria dos bens, o mercado tem papel destacado em suprir adequadamente de alimentos as necessidades das populações. Há situações, porém, em que a intervenção do governo se faz necessária, como em ocorrências de fome e crises agudas de abastecimento. Na conferência da Índia, o Brasil apresentou a experiência do governo no Programa Fome Zero e no Bolsa Família. Há países interessados em conhecer a experiência e adotar programas similares. Como dizem os americanos que "não há refeição de graça", programas desse tipo devem dispor de recursos financeiros, refletindo prioridades sociais. Duas condições básicas devem ser observadas: estes programas não podem se perenizar no tempo, e devem atender a públicos específicos. Ressalvas feitas, programas desse tipo podem reduzir a fome, melhorar a nutrição e contribuir para a saúde de populações.

Finalizando, disponibilidade de alimentos, acessibilidade, qualidade, enriquecimento nutricional, produção de medicamentos a partir de plantas e cuidados com a saúde humana em toda a cadeia produtiva, desde a fazenda até o garfo do consumidor, são preocupações crescentes dos produtores rurais, da agroindústria, dos cientistas, das entidades de classe e, principalmente, dos consumidores. Pesquisas com maior profundidade ajudarão a entender melhor as implicações deste trinômio Alimentos x Nutrição x Saúde, com suas inter-relações e complementaridades. ■

1. Pesquisador da Embrapa Estudos e Capacitação
2. Pesquisador da Embrapa Estudos e Capacitação; e Bolsista do CNPq
3. Chefe Geral da Embrapa Estudos e Capacitação
4. O Estudo teve a participação de 400 profissionais do mundo inteiro, tendo a Embrapa representado o Brasil.
5. *Folha de S.Paulo* de 28 de agosto de 2010, págs. 2-7