

Além do arroz e feijão

JOÃO MIGUEL FEU ROSA

Ainda falta muito para o Brasil sair da posição vexatória de detentor, juntamente com o Peru, das mais altas taxas de desnutrição infantil da América Latina. Todavia, isto não quer dizer que não se possa, desde já, deflagrar ações visando a reduzir a distância que nos separa dos países mais preocupados com a boa qualidade nutricional de suas crianças.

Eu, pelo menos, vou continuar fazendo a minha parte, e quem acompanha a minha atuação parlamentar sabe que continuo batendo, insistentemente, na mesma tecla: a desnutrição infantil e a carência vitamínica na dieta das crianças brasileiras. E essa insistência tem razão de ser, sobretudo, porque quando insisto no tema, repito algumas medidas que, embora simples, poderão resolver, em médio e longo prazos, um dos mais cruciais problemas nacionais.

Não vejo a desnutrição infantil como uma questão médico-sanitária, mas, antes de tudo, como uma questão política. Não é um mal insolúvel; pelo contrário, apresenta determinadas características que, se bem compreendidas e tratadas devidamente, em pouco tempo poderá ser coisa do passado, de um passado do qual ninguém terá vontade de lembrar.

Em primeiro lugar, quando se fala em desnutrição infantil, é necessário considerar que para uma parte da infância brasileira, não há sequer condições de se pensar em aspectos técnicos como teores vitamínicos, calorias mínimas, valor energético dos alimentos e etc.. Este é, na verdade, o "X" da questão: a pobre qualidade do alimento que a criança brasileira ingere; e aí não se enquadra apenas aquela que só tem farinha e água para comer, mas praticamente toda a população, desde a simplesmente remediada, até a classe "A" que come mal, não por falta de condições econômicas, mas por excesso de condições.

Se pudesse resumir a questão em termos bem simples, eu diria que a desnutrição infantil deriva, em primeiro lugar, da falta de micronutrientes, sobretudo os minerais, na maioria dos alimentos consumidos pelas crianças e também pelos adultos. É importante salientar que a alimentação dos adultos é fundamental para o desenvolvimento da criança, principalmente, nos primeiros anos de vida.

Não precisa ser especialista para saber que quando o leite que a mãe dá à criança é fraco em nutrientes, a nutrição da criança será deficiente. Assim, campanhas onerosas de incentivo ao aleitamento materno acabam, em muitos casos, sem maiores resultados para a infância. Não porque se está incentivando o consumo de um alimento essencial, mas, sim, porque ele, muitas vezes, não corresponde ao que deveria ser. Por outro lado, ações primárias, receitas simples, podem acabar salvando crianças carentes da desnutrição, co-

mo as desenvolvidas por várias entidades de assistência social, que ensinam como enriquecer alimentos.

As consequências da má alimentação na primeira idade são mais do que conhecidas: daquela criança que se alimenta apenas do mingau de farinha e água não se poderá esperar muito, além de um crescimento e desenvolvimento tardio e deficiente que resultará em um adulto sem condições mínimas de competir, ou mesmo sobreviver em um mercado de trabalho que exige cada vez mais qualificação e destreza.

Já na classe média, a carência alimentar é a causadora de cansaço, apatia, dores de cabeça, irritação, baixo rendimento físico, dificuldade de concentração, perda de memória e diminuição da capacidade de aprendizagem. Na classe abastada, não há falta de alimento, porém, não há orientação alimentar, o que vem fazendo com que aumentem, de modo alarmante, os índices de obesidade e anemia entre as crianças de famílias ricas.

Na verdade, portanto, a dieta alimentar do brasileiro, especialmente dos menos favorecidos, é muito deficiente em minerais como cálcio, zinco, magnésio, ferro e selenio, indispensáveis para a sanidade física e mental. As consequências, se manifestam em médio ou longo prazos. Não é por acaso a grande incidência entre nós de doenças cardíacas, de subnutrição, de naninismo, de diabetes e de outras, resultado de alimentação inadequada, sobretudo, insuficiente e pobre na infância.

Assim é que a questão da desnutrição acaba se tornando um problema de saúde pública, responsável que é, direta ou indiretamente, por grande parte das internações hospitalares, das aposentadorias precoces,

das mortes por causa desconhecidas e por doenças degenerativas. O fato marcante é que para o brasileiro comum é muito difícil se alimentar corretamente, tendo que basear suas refeições apenas no arroz, feijão, nas farinhas de milho e de mandioca e nos derivados do trigo. Com uma dieta deste tipo, para que uma pessoa consiga ingerir quantidades suficientes de minerais teria de comer, diariamente, 1 quilo de pão, 800 gramas de macarrão cozido, 500 gramas de mandioca, 250 gramas de feijão e 200 gramas de arroz.

Outra solução seria consumir menos quantidade desses alimentos, mas com maior quantidade de minerais. Daí porque a minha insistência na mineralização dos nossos solos de plantio: o brasileiro continuaria comendo o mesmo milho, arroz, feijão e mandioca, só que transformados em uma alimentação mais rica. Pode não ser uma solução de curto prazo, mas em médio e longo prazos os benefícios estarão patententes, podendo até tirar o Brasil da condição vexatória de detentor da mais alta taxa de desnutrição da América Latina.

JOÃO MIGUEL FEU ROSA é deputado federal (PS-DB-ES)

Vejo a
desnutrição
infantil como
uma questão
política antes
de tudo