

Alimentos saudáveis para todos



Por **JEAN MARC VON DER WEID***

Por um programa nacional de combate à fome envolvendo a sociedade civil e governos.

Clareando as dimensões e a natureza do problema

Já foi muito ventilada a pesquisa da Rede PENSSAN feita por amostragem, apontando a existência de 33 milhões de famintos (tecnicamente sofrendo de insegurança alimentar grave), 32 milhões de subnutridos (insegurança alimentar moderada) e 62 milhões de malnutridos (insegurança alimentar leve). Não vou tratar aqui, de novo, dos dados do Cadastro Único do programa Auxílio Brasil e que discuti no meu artigo de 23/11/2022, [“A crise alimentar”](#), publicado no site **A Terra é Redonda**. O CAD-U está claramente inchado e distorcido. Mas há outras pesquisas em relação ao problema da insegurança alimentar, que merecem atenção (para detalhes desta discussão, ver o artigo referido).

Estas pesquisas estão baseadas, por um lado, nos levantamentos do IBGE sobre a renda dos brasileiros e, por outro lado, na definição de renda máxima diária do Banco Mundial que dá os limites da pobreza e extrema pobreza. Elas apontam para números diferentes: os extremamente pobres (aqueles que se supõe sofrerem de insegurança alimentar grave, ou fome), são 18 milhões. É uma enorme diferença de 15 milhões de pessoas entre as duas pesquisas. Quem está certo?

Existe uma diferença de método que pode explicar, em parte, esta intrigante contradição. Quando o Banco Mundial define a renda máxima abaixo da qual todos são extremamente pobres ou aquela abaixo da qual todos são pobres, ele não afirma que os primeiros são os famintos e os segundos os subnutridos, embora, certamente, este deva ser o caso para os primeiros. Esta renda limite não está toda destinada à alimentação, pois tanto pobres como extremamente pobres têm outras despesas.

Se levarmos em conta este fato, muitos dos que estão na categoria de pobres não terão recursos mínimos para garantir o “encher barriga” que mata a fome, mas sem nutrir. Já a pesquisa da Rede registra se o entrevistado comeu as três refeições todos os dias, durante nos três meses anteriores à entrevista. É provável que o número correto esteja mais próximo da pesquisa da Rede, mas o fato é que estamos trabalhando com dados pouco precisos.

Não entra em qualquer das duas pesquisas uma indicação do que comem as pessoas. Apenas se comem regularmente ou se tem dificuldades para fazer as três refeições (Rede PENSSAN) ou quanto de renda dispõe diariamente (Banco Mundial/IBGE), para comer e para outras despesas.

A questão do que as pessoas comem é ainda mais abrangente do que o público classificado como pobre ou extremamente pobre. A dieta adotada pelos brasileiros de todas as faixas de renda é um problema gigante. Quer por restrição de renda ou por opção preferencial, praticamente toda a população brasileira come mal. A pequena exceção está na população de maior renda, que tem poder aquisitivo e informação para adotar dietas mais adequadas do ponto de vista nutricional.

Quando o Brasil saiu do mapa da fome da FAO, isto foi assumido como se o problema alimentar estivesse resolvido. Não é assim. O mapa da fome inclui apenas os indivíduos que não conseguem consumir a quantidade de calorias indicada como mínimo necessário pela OMS, uma média de 2500 calorias por dia. Acontece que, como deveria ser óbvio, ninguém

sobrevive apenas pelo consumo de calorias.

A deficiência de proteínas é um fator de insegurança alimentar tão grave como a insuficiência de calorias. E as insuficiências na ingestão de vitaminas, sais minerais e fibras também. Por outro lado, há riscos graves de insegurança alimentar pelo excesso de consumo de certas substâncias, como sal, açúcar, gorduras saturadas e aditivos químicos. E não podemos esquecer dos riscos provocados pela contaminação dos alimentos por agrotóxicos ou por vírus, bacilos e bactérias muito comuns em alimentos produzidos nos sistemas do agronegócio, como, por exemplo, a salmonela ou o vírus da vaca louca.

O nosso sistema alimentar está cada vez mais centrado no consumo de produtos ultra processados que, notoriamente, tem excesso de calorias, sal, açúcar, gorduras saturadas e deficiências proteicas, de vitaminas, de sais minerais e de fibras. O aumento exponencial do consumo de ultra processados provoca, no Brasil e no mundo, o fenômeno explosivo da obesidade combinada com subnutrição proteica e vitamínica. E para quem acha que os obesos são os que têm mais dinheiro para gastar em comida, as pesquisas mostram que entre os pobres é maior a incidência de obesidade.

Isto se explica pelo fato de que ultra processados tendem a ser mais baratos do que os alimentos in natura. Os ricos que comem mal se empanturram de BigMac, que custa bem mais do que a renda diária dos mais pobres, mas estes consomem mais produtos que “enchem barriga”, driblando a fome imposta pelos limites de renda. É cada vez mais clara a opção por miojo ou macarrão com salsicha no prato do povo, substituindo o arroz com feijão que já foi uma (excelente) dieta alimentar básica no Brasil.

A meta de um programa de segurança alimentar não pode ser apenas “encher barriga”. O impacto desta péssima alimentação na saúde dos brasileiros tem um custo que é cobrado em índices recordes de diabetes e doenças cardiovasculares, hipertensão arterial, gastrites, câncer, entre outras. Morre-se mais de má nutrição do que por fome neste nosso Brasil.

Objetivos da campanha pela segurança alimentar.

Para reduzir a fome aberta e a fome oculta, teremos que lidar com a questão do acesso aos alimentos, combinando com a qualificação desta alimentação. E, para isso, teremos que definir qual a cesta básica a ser adotada pelos beneficiários do programa. Até hoje, todos os programas tendem a se referir à cesta básica definida na lei do salário-mínimo de 1938. Esta cesta não é adequada, nem nunca o foi. Ela contém excessos de açúcar e sal e, sobretudo, baixo índice de consumo de frutas, verduras e hortaliças. Seu ponto positivo é o consumo básico de arroz com feijão, carne, leite e ovos. Mas é claro que uma nova cesta básica terá que ser adotada nacionalmente.

O programa governamental, renomeado Bolsa Família, trabalha com a distribuição de recursos financeiros que permitam que cada família possa comprar os alimentos que necessita. Esta é a teoria, mas a realidade é outra.

Em primeiro lugar, o valor de 600,00 reais por família, mais um complemento de 150,00 reais por criança de até seis anos, não garante poder de compra para uma cesta alimentar adequada. Em segundo lugar, nada garante que estes recursos serão usados totalmente para garantir a alimentação. Como já foi apontado acima, ninguém vive apenas com os recursos para a alimentação. A família padrão (pai, mãe e dois filhos menores) que vai receber 900,00 reais por mês, tem outras despesas a pagar, começando com o fato de que 70% das famílias em situação de pobreza e extrema pobreza têm um terço de sua renda comprometida com dívidas.

Além disso, elas pagam por aluguel, água, luz, gás de cozinha, transportes, produtos de limpeza e higiene, remédios, material escolar, roupas. Entre outras despesas permanentes ou eventuais, mas impositivas. Entre os evangélicos ainda há o dízimo. Em muitos lares ainda há a internet ou o gatonet. O programa pretende suprir recursos como complemento de renda, mas, para uma parcela crescente, o aporte do Bolsa Família é a única fonte de renda regular.

Em outras palavras, os recursos do programa governamental não garantem que os beneficiários vão se alimentar corretamente. Com uma renda deficitária, estes beneficiários vão usar o mínimo possível dos recursos na alimentação, para poder gastar nas outras necessidades. E caímos mais uma vez na situação em que os pobres vão consumir a dieta mais barata para “encher barriga” e continuar sofrendo de todos os elementos da insegurança alimentar, salvo a ingestão

calórica.

A solução deste problema seria a adoção de um programa mais amplo, do tipo renda mínima, que contemplasse o conjunto das necessidades dos pobres. Ainda assim, o risco da alimentação deficiente continuaria existindo, agora com outra motivação. A população pobre está habituada ao regime do “encher barriga” e não vai, espontaneamente, mudar seus hábitos alimentares sem um processo intenso de educação nutricional. Mais recursos para a alimentação pode apoiar uma tendência que já se manifesta: comer (qualitativamente) mal todos os dias para poder gastar mais nos dias de festa, nos domingos de churrasco de picanha com cerveja.

Um programa de nutrição

Como garantir uma alimentação saudável e equilibrada para os mais pobres? Como vimos acima, a mera distribuição de dinheiro não é uma garantia. Quando os programas de alimentação dos mais pobres distribuíam cestas básicas e não dinheiro para comprar alimentos, havia uma possibilidade de disponibilizar a diversidade de produtos incluídos na cesta. Entretanto, salvo em pequenos municípios, onde as cestas eram acessadas com facilidade pelos beneficiários, na maior parte dos casos todos os produtos perecíveis acabavam excluídos da cesta, por razões de logística. Ou seja, além da cesta já ser deficiente na oferta de verduras e frutas, mesmo essas deixaram de ser distribuídas.

É claro que a enorme quantidade de beneficiários do atual Bolsa Família exclui a hipótese de se voltar a uma distribuição de cestas. Mas o Estado pode fazer uma campanha pela qualidade alimentar através do PNAE, garantindo recursos para as escolas alimentarem corretamente todas as crianças com três refeições e um lanche por dia, educando-as para o consumo amplo de hortaliças, legumes e frutas. Esta educação poderia ser estendida para as famílias das crianças de modo a garantir que o modelo alimentar seja adotado nas suas casas.

O que pode fazer a sociedade civil para enfrentar a problemática descrita acima? Desde logo, todos os programas de entidades não governamentais que tratam do acesso dos pobres aos alimentos não distribuem dinheiro, mas sim os produtos alimentares. Em primeiro lugar, deveríamos debater entre estas entidades, a questão da cesta mais indicada para uma boa qualidade nutricional. Em segundo lugar, deveríamos discutir a necessidade de um trabalho de educação alimentar e nutricional entre os beneficiários. Em terceiro lugar, deveríamos avaliar a necessidade de oferecer uma educação culinária, mostrando como elaborar os alimentos da forma mais atraente para os consumidores.

Este último ponto não é uma questão menor. Muitos dos mais pobres desconhecem a grande maioria dos legumes, hortaliças e verduras e não sabem como prepará-los. Mesmo se educados na importância de comer brócolis, por exemplo, e mesmo com acesso a esta verdura, se não souberem como cozinhá-la, ela não será consumida. Para dar um exemplo mais amplo, lembro de um programa de hortas orgânicas que foi amplamente disseminado na região semiárida do Nordeste nos tempos da seca dos cinco anos, 1979/1983.

Com recursos distribuídos pela igreja católica, muitas famílias conseguiram evitar o processo migratório usual nestas ocasiões de crise, mas o efeito alimentar direto foi mínimo. Os camponeses desconheciam a maior parte das hortaliças que aprenderam a produzir. Alguns deixaram de lado a maior parte delas para se concentrar na produção de alho, cebola, coentro, batata-doce, milho e abóbora, cujo consumo era habitual. Outros mantiveram a grande diversidade de produtos incluídos no programa difundido, mas venderam tudo nos mercados das cidades mais próximas. Foi preciso um programa de educação alimentar e de culinária para que estas famílias comessem a consumir cenoura, batata, brócolis, couve-flor, alface, rúcula, agrião, jiló etc.

Neste programa de educação alimentar o elemento de comunicação é fundamental. No passado, produziram-se inúmeros folhetos com este fim, mas, hoje em dia são os instrumentos visuais, como vídeos que têm maior impacto no público. E campanhas de divulgação através das TVs deveriam ser avaliados, pois ainda tem muito impacto no público em geral.

Controlar as perdas de alimentos

Um programa da sociedade civil (e dos governos) deve ainda trabalhar com outro problema “invisível”, as perdas e desperdícios de produtos que ocorrem no que se chama de cadeia alimentar, que vai das propriedades rurais até o prato do consumidor.

No Brasil, um dos dez países com maior índice de desperdícios em todo o mundo, pesquisa do PNUMA/FAO indicou que a proporção de alimentos que vai para o lixo é de 17% da produção. Esta é a parte da alimentação que desaparece no varejo (2%), nos serviços alimentares (restaurantes, bares) (5%) e nas residências (11%). Outros 14% dos alimentos se perdem entre o produtor rural e o consumidor; nos transportes, processamento, armazenamento, distribuição e no atacado.

Como fazer para evitar este problema? A sociedade civil não tem como atuar nas perdas localizadas ainda nas propriedades rurais, em geral as que ocorrem por deficiências no armazenamento dos produtos antes de sua venda. Isto vai depender mais de programas governamentais que financiem infraestruturas de estocagem dos diferentes tipos de produtos. Calcula-se um déficit de 85 milhões de toneladas na capacidade de armazenamento em todo o Brasil, sendo que uma grande parte está nas propriedades rurais.

A comercialização no atacado é feita por empresas privadas e elas não parecem se incomodar com o muito que se perde nos transportes e na estocagem nos centros de consumo. Só para se ter uma pequena amostra destas perdas, calcula-se que 13% da soja transportada em caminhões se deposite na beira das estradas por onde eles transitam, escapando das precárias lonas que deviam contê-la. Também se perdem toneladas de alimentos frescos nos CEASAs pelo Brasil afora, quer por deterioro nos transportes, no armazenamento local ou por falta de comprador. Programas de aproveitamento destes produtos descartados já estão em curso em vários Estados, entregando-os para entidades que produzem sopões para distribuição entre os pobres da região.

As indústrias de transformação de produtos alimentares são responsáveis por uma parte significativa destas perdas, sobretudo porque tendem a descartar (até por força de regulamentações e leis) matéria-prima que não esteja 100% de acordo com suas normas. Este descarte poderia ser aproveitado ao invés de ir encher os lixões do país.

As mesmas perdas são encontradas nas feiras e supermercados, com enormes desperdícios. A solução do seu uso para sopas deveria ser generalizada quer por iniciativa dos agentes econômicos, quer pela sua entrega a entidades filantrópicas.

Finalmente, há muita perda nas próprias residências dos consumidores e isto pode ser enfrentado através da educação dos mais pobres sobre como conservar melhor o que compram, quer pela distribuição dos excedentes dos lares mais abastados. Em alguns condomínios ricos já existem ou existiram iniciativas de síndicos coletando estes excedentes para distribuição direta a moradores de rua ou para a produção de sopões com o mesmo fim.

Relação com os produtores.

Um programa de segurança alimentar e nutricional deveria incentivar a relação direta entre produtores e consumidores, por fora dos mecanismos de mercado. O programa (extinto no governo Bolsonaro) conhecido como PAA, Programa de Aquisição de Alimentos da CONAB, vai ser relançado no novo governo Lula. Este programa tinha, e voltará a ter um componente que permite a compra de alimentos da agricultura familiar, com recursos do Estado, entregues a instituições filantrópicas como Asilos e Orfanatos, entre outras. Por outro lado, o Movimento dos Sem-terra e o Movimento dos Pequenos Agricultores distribuiu cestas alimentares a pobres urbanos em todo o país, sem custos para o Estado, ao longo de toda a pandemia de COVID.

Um programa de segurança alimentar e nutricional deveria também incentivar a multiplicação de hortas urbanas, que serão cruciais para ampliar a oferta de legumes e hortalças de forma direta nas feiras de vizinhança dos locais de produção. Um programa desta natureza já opera há décadas na Argentina e chegou a estimular a criação de mais de um milhão de hortas orgânicas.

Para concluir, estes são alguns dos problemas mais importantes no enfrentamento da nossa crise alimentar. Parte das

soluções depende de programas estatais, mas outra e significativa parte pode ser assumida por entidades da sociedade civil. Estimular a criação de iniciativas de oferta de alimentos adequados e de educação alimentar vai ser fundamental. Será crucial a mobilização de todas as entidades que organizam ou podem organizar tanto a demanda de alimentos quanto a oferta. Imagino um movimento composto por igrejas de todas as confissões, por indústrias, restaurantes, feirantes, CEASAs, associações de moradores, ... todo mundo.

É preciso que se crie uma amplíssima mobilização solidária para erradicarmos o nosso maior problema social. Por outro lado, vai ser muito importante que estas iniciativas sejam articuladas de forma a que as experiências de cada uma possam ser socializadas em um aprendizado coletivo.

***Jean Marc von der Weid** é ex-presidente da UNE (1969-71). Fundador da organização não governamental Agricultura Familiar e Agroecologia (ASTA).

O site A Terra é Redonda existe graças aos nossos leitores e apoiadores.
Ajude-nos a manter esta ideia.
[Clique aqui e veja como](#)