

Estarão os açorianos preparados para comer insectos?

Comer um prato de insectos pode despertar pavor ou repugnância em muita gente, mas é o que propõe a ONU face à falta de alimento que se assiste em todo o mundo.

“A preocupação da FAO - Organização de Agricultura e Alimentação das Nações Unidas, é saber como alimentar a população dos países com enormes carências.

Não sendo, neste aspecto concreto, os Açores, uma região de carências, importa saber, no entanto, como é que esses animais podem

contribuir para uma dieta alimentar saudável.

Os insectos são um recurso que é fácil produzir, com pouco gasto de energia e barato. São muito mais eficazes na sua multiplicação e reprodução em comparação com outros alimentos que produzimos e com que normalmente nos alimentamos.

A maioria dos insectos citados pelo relatório da ONU (lagartas, gafanhotos, grilos, besouros, escaravelhos, térmitas, moscas, formigas, entre outros), à excepção de alguns

que só são encontrados em zonas de floresta, podem ser produzidos em larga escala.

Os alimentos variam consoante as culturas. Desde a forma de os cozinhar até ao modo como se olha para eles e se aceita a sua inclusão na cadeia alimentar. Por esta lógica, os açorianos não estão prontos para comer insectos.

As excepções poderiam acontecer, mais por uma questão de moda, como já acontece em alguns países ocidentais... **P.4**



Estarão os açorianos preparados para comer insectos?

Não. A resposta parece consensual e o assunto já não é novidade, mas gerou alguma controvérsia quando há duas semanas a ONU apresentou um relatório sobre a alimentação, defendendo que o consumo de insectos pode acabar com a fome. Não sendo os Açores uma região de carências, importa saber, no entanto, esses animais podem contribuir para uma dieta alimentar com mais proteínas e, por isso, fomos falar com dois especialistas, um biólogo e um nutricionista, de modo a descobrir quais os benefícios que, efectivamente, esses “bichinhos” podem trazer para a nossa saúde e se temos capacidade para os produzir em larga escala...

POR SÍLVIA AGUIAR

Comer um prato de insectos pode despertar pavor ou repugnância em muita gente, mas é o que propõe a ONU face à falta de alimento que se assiste em todo o mundo.

“A preocupação da FAO (Organização de Agricultura e Alimentação das Nações Unidas) é saber como alimentar a população dos países com enormes carências. Um recurso que é fácil de produzir, barato e com pouco gasto de energia são os insectos. São muito mais eficazes na sua multiplicação, reprodução e no seu consumo, em comparação com os outros alimentos que produzimos e com que, normalmente, nos alimentamos”, observa o biólogo e pró-reitor para a Coordenação de Projectos Científicos da Universidade dos Açores, João Tavares, numa entrevista ao nosso jornal.

Contudo, prossegue, “os alimentos variam consoante as culturas. Desde a forma de os cozinhar até ao modo como se olha para eles e de os aceitar na cadeia alimentar” e, seguindo esta lógica, “os açorianos não estão prontos para comer insectos”.

Porém, avança, “os Açores são uma região com características climáticas muito particulares e com um grande potencial de produção de alimentos, mas por razões que em nada têm a ver com a capacidade produtiva dos nossos solos, nós, neste momento, estamos

a depender da importação de muitos alimentos que temos fortes capacidades de produzir, incluindo hortaliças”. Isto tudo resultou, segundo João Tavares, “de políticas que foram implementadas e de mão-de-obra que desapareceu na agricultura, pois houve uma política que assentou em reduzir o efectivo que estava associado à produção agrícola”. “Desde que entramos na PAC”, continua, “o número de pessoas que está ligado ao sector primário sofreu uma diminuição muito grande e ficamos dependentes, praticamente, da monocultura da vaca”. Portanto, antes de

Os insectos “são muito mais eficazes na sua multiplicação, reprodução e no seu consumo, em comparação com os outros alimentos que produzimos e com que, normalmente, nos alimentamos”

investigar a área dos insectos e de tornar esta uma prioridade, há a necessidade, segundo o investigador, “de repor na região um tipo de agricultura que desapareceu e nos fez fi-

car totalmente dependentes de produtos importados, os quais poderiam ser produzidos cá e aplicar mão-de-obra que, neste momento, está desempregada”.

No entanto, todos os insectos citados pelo relatório da ONU (largatas, gafanhotos, grilos, besouros, escaravelhos, térmitas, moscas, formigas, entre outros), à excepção de alguns que só são encontrados em zonas de floresta, “podemos produzi-los em larga escala”, revela, sublinhando mesmo que “temos capacidade de o fazer”. Mas a verdade é que “muitos insectos já estão na nossa cadeia alimentar”. Por exemplo, “na nossa região existe uma praga, chamada ‘lagarta das pastagens’ e o principal animal que a destrói, consumindo-a é a vaca. Ou seja, a vaca alimenta-se da lagarta e como entra na cadeia alimentar acaba por chegar a nós”.

Além disso, João Tavares tem conhecimento de muitas pessoas nos Açores que já fazem petiscos com gafanhotos e contou que, há relativamente pouco tempo, esteve de viagem no Canadá e trouxe aos seus alunos embalagens de comidas feitas com insectos. “A primeira reacção das pessoas é mostrarem repugnância e até algum estado de choque quando se deparam com insectos que lhes podem causar quase uma fobia, como o caso das formigas e baratas, mas esse tipo de alimentação para ser implementado na nossa sociedade precisa de educação e formação, o que já acontece por todo o mundo. No Canadá e nos EUA já é normal haver restaurantes especializados em comidas de insectos, tanto em sopas como em pratos confeccionados e em bolos, não falando, claro, em países como a Tailândia em que as pessoas os comem diariamente”, conta.

Esse tipo de alimentação reflecte claramente os aspectos sócio-económicos e culturais de uma sociedade. “Nós sabemos que noutros países como a China come-se cão, noutros cobras ou gatos. Podemos chocar, mas é a realidade”, observa, acrescentando que “os insectos são o maior grupo animal que existe. São citados



Direitos reservados

João Tavares, biólogo e pró-reitor para a Coordenação de Projectos Científicos da Universidade dos Açores, diz que “muitos insectos já estão na nossa cadeia alimentar” mesmo que não saibamos

na bibliografia científica mais de 10 milhões de espécies, dos quais só cerca de 1 milhão está perfeitamente descrito. Portanto, existe uma capacidade inexplorada de todos os pontos de vista: científico, gastronómico, etc”.

Por isso, inseri-los na nossa alimentação envolve muitos aspectos, “o que me faz acreditar que os açorianos não estão preparados e penso que não é uma prioridade a investigação nesta área, mas admito que é uma possibilidade que tem de ser investigada e as pessoas têm de começar a ver isso como exemplo, pois um terço da população mundial já o faz”.

O nutricionista Frederico Pacheco também partilha da mesma opinião: “de momento, acho que não estão receptivos a esse tipo de dieta. Há coisas mais simples e mais fáceis de se comer e, provavelmente, muitas vezes não comem”, admitindo que para si essa questão é uma “moda” e, tal como “todas as modas, elas vão e voltam”.

No entanto, “para a nossa saúde não tem qualquer problema”, diz. “Os insectos são ricos em proteínas e pobres em matéria gorda. São alimentos hipocalóricos, ou seja, por 100 gramas de gafanhotos tenho uma quantidade de energia muito mais baixa do que 100 gramas de carne de porco, por exemplo”. Frederico Pacheco afirma ainda que a segurança alimentar pode estar em risco ao comer esse tipo de alimento:

“ou são animais previamente criados e tratados para serem consumidos ou corremos o risco de comer parasitas que estão presentes nos nossos esgotos”.

Questionado sobre se a repugnância ocidental aos insectos faz com que uma grande quantidade de proteína animal não chegue às nossas mesas, o profissional de saúde não crê que essa questão possa ser colocada, porque “na nossa alimentação só não há mais proteína porque não há o hábito. Não faltam ovos, conservas de atum, não falta carne...”.

Frederico Pacheco refere também que “essa moda só poderia ‘pegar’ em Portugal se os insectos fossem vendidos a ‘preço de chuva’, mas não é o caso. É muito mais caro comer insectos no nosso país do que carne de vaca. Se comprarmos no continente português uma tarântula comestível nunca custa menos do que 25 euros. Portanto, pode ser económico para os olhos da ONU, mas não no nosso país. Cada baratinha custa 0.50 cêntimos”.

Para a época de verão que se está a aproximar e pela tentativa de as pessoas quererem emagrecer antes de se exporem nas praias, o nutricionista alerta que a perca de peso tem de começar por um equilíbrio: “aconselho comer equilibradamente, fazer exercício físico e reduzir a quantidade de supérfluos, ou seja, chocolates, bolachas e barrinhas de cereais”, conclui.

Direitos reservados



Nutricionista Frederico Pacheco refere que comer insectos não tem qualquer problema para a nossa saúde, logo que estejam tratados