



Alimentação humana e desenvolvimento

As repercussões da alimentação na saúde pública e no bem-estar individual merecem cada vez mais atenção.

O interesse pelas questões alimentares e nutricionais não se esgota com a proposta, experimentação e avaliação de regimes alimentares para prevenção primária e secundária das doenças metabólicas e degenerativas que devastam actualmente as populações de países desenvolvidos. Esses regimes preventivos, pelas transcendentes repercussões na produtividade do trabalho, no alongamento da vida, no bem-estar dos indivíduos e no custo directo da doença, justificariam, por si só, o esforço combinado da universidade, de outros centros de estudo e dos serviços de saúde. Basta referir que, de

acordo com o Centro de Estudos da Nutrição, os custos directos anuais, em Portugal, decorrentes por doenças nutricionais deve chegar pelos 80 mil milhões de escudos.

Mas a importância da alimentação saudável é muito maior; ultrapassa o conceito médico de prevenir doença para se confundir com o conceito social de promover saúde. Hoje é senso adquirido que a alimentação é o factor ambiente mais determinante da qualidade e duração da vida. Por isso mesmo, aumenta o número de países que já definiram a sua política nutricional, conjugando o grande objectivo de promover saúde com a economia do estado e das famílias. Por isso mesmo, a Divisão de Assuntos Sociais da Comunidade Europeia inicia o rastreio das acções de educação alimentar nos países membros no sentido de criar directrizes para largas acções concordantes. A alimentação saudável aumenta o



êxito da gravidez e do parto, possibilita o desenvolvimento pleno dos indivíduos ao máximo consentido geneticamente, beneficia a imunocompetência e a defesa contra doenças infecciosas, parasitárias e degenerativas, otimiza a capacidade intelectual e física, e rentabiliza aptidões. Os indivíduos não só atingem níveis superiores de desenvolvimento, como adoecem menos. Os conhecimentos científicos e as capacidades técnicas actuais permitem prognosticar uma realidade sem doença numa sociedade saudável.

A nível mundial, no ultimóximo, a investigação nutricional e alimentar cresce em relevância e em volume dos meios empenhados; a formação de nutricionistas e dietistas acelera-se, ao mesmo tempo que a formação académica de médicos e outros profissionais de saúde se enriquece com o ensino da nutrição e das suas



relações com a saúde; a legislação sobre alimentos apura-se e as estruturas e métodos de verificação de qualidade afinam-se; a educação alimentar das populações generaliza-se de forma estruturada e institucionalizada.

A subnutrição é ainda hoje um grande problema mundial; a mortalidade no útero e até aos 5 anos de idade representa cerca de metade de todas as mortes no países pobres. Entretanto, as variadas formas de sobrenutrição revelam-se preocupantemente funestas para o adulto das sociedades afluentes, com seu rosário de doenças metabólicas e degenerativas. A propósito, tenhamos em conta que a OMS caracteriza a hecatombe por doenças cardiovasculares, típica dos países com padrões alimentares ocidentais, como a epidemia mais devastadora que a humanidade já-



mais sofreu em tempos históricos.

É altura para reflectir sobre a situação alimentar portuguesa, de estudar como ela se repercute na nossa saúde individual e colectiva, e de traçar estratégias de intervenção.

Temos que fugir ao ferrete da fome que ainda nos marca, ao mesmo tempo que não podemos continuar a resvalar ainda mais para padrões alimentares igualmente nocivos, embora diferentes, caracterizados pela abundância desequilibrada, pelo desperfício esbanjador e pelo processamento inadequado dos produtos de base.

O nosso concidadão não educado, ou subtilmente deseducado, está a ser empurrado para modelos consumísticos alimentares que lhe são apresentados como atitudes de comportamento moderno ou como modos de vida de fincação social.



Os valores tradicionais sofrem profundas mutações. A cultura rural, dominante e tradicional, é anagoricamente substituída por valores urbanos mal assimilados; as pessoas fragilizam-se emocional e culturalmente e ficam à mercê de falsos valores, nomeadamente, alimentares.

É, portanto, ocasião para definirmos uma política alimentar para Portugal que se subordine a uma política global de saúde, a qual deveria reflectir o sonho do Homem saudável. A cadeia agro-alimentar deve servi-la e não submetê-la. Somos pessoas e queremos viver bem a nossa vida. E, não esquecermos, a expansão da criatividade e da produtividade exige uma população saudável.

A Universidade deve formar técnicos e promover a investigação pura e aplicada no campo da saúde, tendo como objectivo uma vida melhor. Por isso, é rentente curativa - a das faculdades



des de medicina com o seu currículo actual - tem
que ser equilibrada com as vertentes promotoras
de saúde e preventivas. Engenharia sanitária,
Tecnologia de alimentos, agronomia, nutrição, ^{e biomédica} para
a falar de áreas de investigação e ensino
mais evidentemente citacionadas, devem ser com-
promotidos na grande batalha da saúde.

Realizar uma série de encontros pluri-
disciplinares entre em si, poderia ser uma
forma da Universidade estimular uma visão
inovadora nesta área, de estimular o debate entre
todos os intervenientes nela interessados, de
debater contradições geradas por visões segmentares
de decisão consensuais. [Dai poderíamos partir para ^{ver} ^{at}
a revisão do meio humano e materiais disponi-
veis para a investigação e para a reformulação
do currículo formativo e de pós-graduação.
Avançaríamos para um conceito pragmático
de saúde. Criaríamos, de facto, condições e meios
para promover bem-estar.



~~com paridade.~~
~~Seria um contributo inovador a visão ecológica das~~
~~relações entre o Homem e o ambiente~~
~~alimentar através do Curso Superior de Nutricionismo~~
~~contribuindo.~~

A visão ecológica das relações entre o Homem e o
ambiente alimentar seria um contributo inovador
do Curso Superior de Nutricionismo.



Vêmos a Universidade como centro de cultura. O seu objecto é o Homem e, no campo que nos interessa, o Homem saudável, aquele que é superiormente humano, capaz de intervir plenamente na construção de um mundo novo.

! Acreditamos na Universidade.

Emílio Peres

Human Diet and Development