

ampla sobre os fundamentos da organização social. De qualquer forma, e voltando à nossa ideia inicial, muito se ganhará desde logo em conhecer à luz do dia uma situação determinada, antes de nos preocuparmos com a sua apreciação.

Raul  
da  
Silva  
Pereira

## O Problema Mundial da Alimentação e o caso português

1. É reconfortante observar que no mundo actual, aparentemente tão contraditório e desordenado, se explicitam preocupações profundamente humanas, que há bem poucas décadas eram correntemente ignoradas. Quem se preocupava, antes da última guerra, em que existissem milhões de seres humanos esfomeados, sem lar, sem instrução e sem saúde? Pois não era uma espécie de «fatalismo natural», e por isso inelutável, que lhes não permitia alcançar os elevados níveis de civilização do Ocidente? Pelo menos, era assim que raciocinava o homem-massa nos países mais adiantados, à míngua do estímulo e do exemplo das *élites* que o levavam a raciocinar de outro modo; e também à míngua de informação.

Mas sobre as ruínas do último conflito construíram-se algumas coisas. Em primeiro lugar, houve grandes progressos nos meios de comunicação: a exploração regular de carreiras aéreas transatlânticas data de 1945, a generalização da televisão é da segunda metade da década de 50, a radiodifusão alargou-se a todo o globo e a sua recepção tornou-se possível mesmo onde a electricidade é ainda uma aspiração. Houve também uma reanimação notável na actividade de instituições supranacionais: a par da Organização Internacional do Trabalho, salva do rescaldo da Sociedade das Nações, surgiram algumas instituições especializadas das Nações Unidas: a F. A. O., para os problemas agrícolas e alimentares — de que adiante falaremos —, a Organização Mundial de Saúde e a U. N. E. S. C. O. avultando entre as maiores. A actividade destas instituições tem permitido um confronto e alimentado um diálogo sobre as grandes disparidades de níveis de vida e de civilização entre os povos: estatísticas e monografias largamente difundidas tornaram conhecidas por toda a parte realidades até

então ignoradas ou, pelo menos, não consciencializadas. E tem-se traduzido também em iniciativas de auxílio directo a vários países, incluindo assistência técnica para o estudo e solução dos seus problemas. Passando da escala mundial à europeia, o Plano Marshall e a fundação da O. E. C. E. contribuíram para despertar ou reforçar hábitos de colaboração, que as reminiscências de um conflito de dimensão mundial tornaram mais significativos, e prepararam o caminho para as concepções de grandes espaços económicos e porventura políticos.

Não valerá a pena continuar os exemplos que conduzem invariavelmente à mundialização dos problemas humanos, porque mesmo quando as atitudes políticas não têm querido ou podido acompanhar os princípios expressos, sempre fica um espírito novo nas instituições, nas *élites* e nas massas. Comparado com o de 1939, o homem actual tem uma tendência muito mais acentuada para apreciar os seus próprios problemas como problemas da espécie humana.

2. Vêm estas considerações a propósito da grave situação alimentar mundial e das suas perspectivas num futuro próximo. Em cada segundo que passa, duas novas bocas são acrescentadas às existentes — perto de 55 milhões por ano; mais do que a população da Grã-Bretanha. Não admira que seja este um dos problemas sentidos cada vez mais à escala do globo; a sua solução só poderá depender de decisões a tomar na mesma escala.

O ano de 1963 foi assinalado por dois acontecimentos de relevo neste campo, ambos devidos à iniciativa da F. A. O.: o I Congresso Mundial da Alimentação e a Semana Mundial da Fome — esta integrada na Campanha Mundial contra a Fome, que aquele organismo internacional está promovendo.

Para mais facilmente se estabelecer contacto com a problemática ligada a estes acontecimentos, é da maior utilidade conhecer, ainda que resumidamente, as conclusões a que chegou o *Terceiro Inquérito Mundial sobre a Alimentação*, realizado pela F. A. O. no quadro daquela campanha e recentemente publicado. Este inquérito baseia-se em balanças de disponibilidades alimentares elaboradas para mais de 80 países, cobrindo cerca de 95 % da população mundial.

Eis algumas das suas conclusões mais significativas:

- 1.<sup>a</sup> A fome e as deficiências de nutrição afectam, em conjunto, cerca de metade dos seres humanos; de entre estes, 10 % a 15 % encontram-se subalimentados.
- 2.<sup>a</sup> Enquanto nos países mais desenvolvidos não existem, praticamente, rações contendo mais de 80 % de alimentos hidrocarbonados (cereais, féculas, açúcares),

em 3/5 das famílias dos países subdesenvolvidos aquela percentagem é excedida; a parcela das proteínas animais nestes países é 1/5 da dos países avançados, além de se notarem carências graves de vitaminas e outras substâncias necessárias para uma dieta equilibrada.

- 3.<sup>a</sup> As disponibilidades alimentares mundiais por habitante pouco excedem as de antes da guerra; mas os progressos dos últimos 10 anos registaram-se sobretudo nas regiões desenvolvidas, as quais detêm agora 58 % da produção alimentar mundial, contra 57 % antes do conflito.
- 4.<sup>a</sup> Se a população mundial crescer segundo uma hipótese «média», será necessário que até 1975 as disponibilidades alimentares progridam de 35 %, apenas para manter o nível actual — que é, como se sabe, insuficiente; para uma melhoria razoável o aumento terá que ser da ordem dos 50 % a 60 %. Segundo a mesma hipótese, as disponibilidades alimentares mundiais deverão triplicar até ao ano 2000 para se conseguir melhoria; mas em relação aos países menos desenvolvidos a multiplicação terá que ser feita por 4 na totalidade da produção alimentar e por 6 quanto aos produtos de origem animal.

A traços muito largos são estas as perspectivas, bastante sombrias, a que chegaram os técnicos da F. A. O.<sup>1</sup> Os gráficos que reproduzimos ilustram por forma impressionante os dados globais do problema. Há, porém, outros aspectos de não menor interesse.

3. Em primeiro lugar, as estimativas apresentadas baseiam-se em balanças alimentares, isto é, nas quantidades de alimentos teoricamente disponíveis para consumo humano nos vários países. Nada nos dizem, portanto, acerca da *distribuição dessas quantidades dentro das populações a que respeitam*. Do ponto de vista mundial (e numa generalização des preocupada) ser-se-ia levado a concluir pela não existência de fome, dado que, nesta escala, as disponibilidades alimentares expressas em calorias por habitante

---

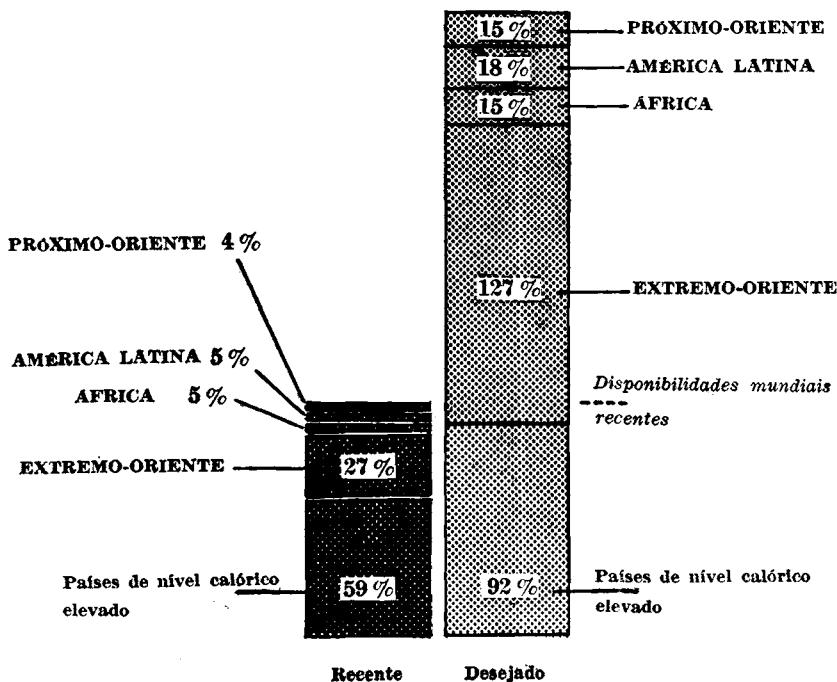
<sup>1</sup> Para maior detalhe, vide *Troisième Enquête Mondiale sur l'Alimentation*. Estudo de Base n.º 11, F. A. O., 1963.

e por dia (2400) igualam as respectivas necessidades; e, no entanto, basta pormenorizar um pouco a análise, distinguindo entre países desenvolvidos e subdesenvolvidos, para surgirem as disparidades que ficaram apontadas. Passando agora à escala nacional, é legítimo ter em conta que mesmo nos países considerados como dispendo de alimentação suficiente existem manchas mais ou menos extensas, mais ou menos graves, de fome; e até nos países mais ricos assim acontece. Seria, portanto, necessário que a análise estatística fosse completada pelo estudo monográfico, na base de inquéritos directos às famílias — tarefa muito mais difícil de executar — para se obter uma visão mais exacta da realidade. Um exemplo chega para justificar esta restrição: o inquérito citado indica que na América Latina as disponibilidades em calorias excedem em 3 % as necessidades; mas poderá esta percentagem desmentir a realidade que tanto impressionou Josué de CASTRO?

GRÁFICO I

Estimativas das disponibilidades alimentares recentes e das desejadas para o ano 2000

(Disponibilidades mundiais recentes = 100 %)



Outro aspecto a salientar é o *desequilíbrio entre as tendências de crescimento da população e da produção alimentar, nas várias regiões do mundo.*

**Disponibilidades e necessidades alimentares em calorías, por regiões**

(Capitações diárias — 1957-1959)

Regiões	Disponibilidades em calorías	Necessidades em calorías	Disponibilidades em % das necessidades
Extremo Oriente (incluindo a China continental) ... ..	2050	2300	90
Próximo Oriente ... ..	2450	2400	103
África... ..	2350	2400	98
América Latina ... ..	2500	2400	104
Europa (incluindo a U. R. S. S.) ...	3050	2600	117
América do Norte ... ..	3100	2600	120
Oceânia ... ..	3250	2600	125
Países de nível calórico baixo ... ..	2150	2300	93
Países de nível calórico elevado... ..	3000	2600	116
Mundo... ..	2400	2400	100

Fonte: *Troisième Enquête Mondiale sur l'Alimentation, Estudo de base n.º 11, F. A. O., pág. 41.*

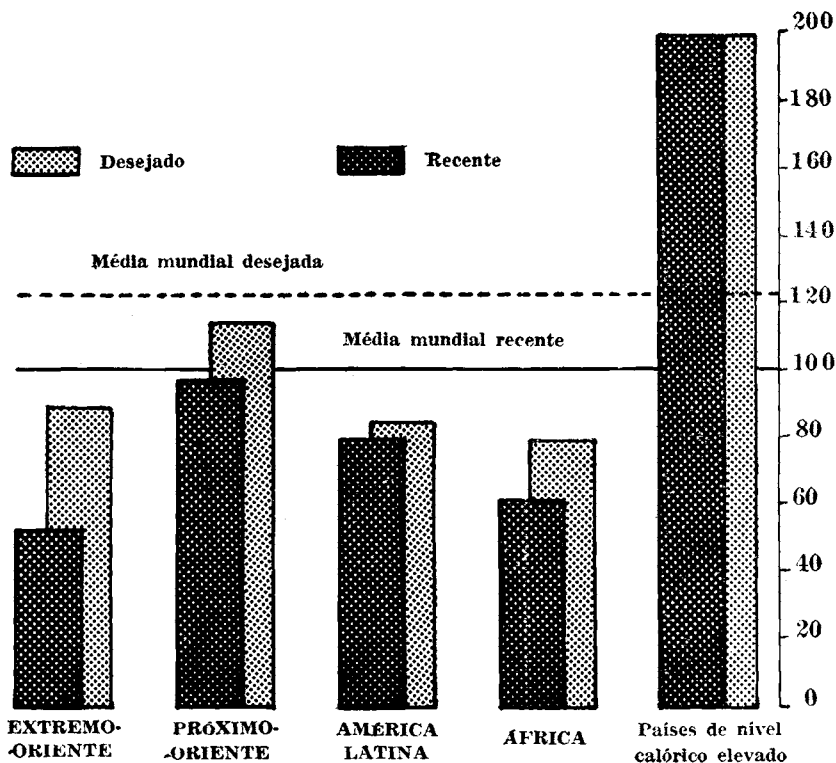
Do ponto de vista mundial, o crescimento da produção alimentar, relativamente ao período anterior à guerra, é de 50 %, enquanto o da população não ultrapassa 35 %. Mas esta conclusão permitiria maior optimismo se a diferença tivesse favorecido as áreas subalimentadas. Verifica-se, porém, o inverso: *é nas regiões onde as disponibilidades alimentares atingem níveis mais elevados que o crescimento da produção excede em maior grau o da população.* Na Europa, o aumento foi de 50 % na produção alimentar contra 10 % na população; na América do Norte, a mesma relação foi de 65 % contra 40 %. O acréscimo da produção alimentar nestas regiões teve como consequência principal criar problemas de escoamento, cuja solução não foi ainda conseguida. Em contrapartida, as curvas de crescimento da produção alimentar nas regiões deficitárias limitam-se a acompanhar, nos casos mais favoráveis, as da expansão demográfica, eliminando, portanto, quais-

quer possibilidades de melhoria da situação com os recursos próprios. Tem sido assim nos últimos anos, e se estabelecermos a comparação com o período anterior à guerra, há algumas regiões (África, Próximo Oriente) onde a produção alimentar por habitante se pode considerar mais elevada, mas existem também outras em que, actualmente, nem sequer aquele nível é atingido: é o caso do Extremo Oriente.

GRAFICO II

Estimativas do nível alimentar recente e do desejado para o ano 2000, por habitante

(Média mundial recente = 100)



Além das disparidades, já notadas, na situação alimentar de indivíduos igualmente localizados, determinadas sobretudo pela distribuição do rendimento, e das que exprimem desequilíbrios espaciais (entre continentes, países, regiões, etc.) tem interesse

dizer também alguma coisa sobre a *distribuição alimentar consoante a natureza dos alimentos*. Esta natureza, no que toca à produção, está evidentemente dependente da geografia, salvo na medida em que o homem pode alterar o meio natural; e quanto ao consumo, há que considerar não só a densidade populacional, que determina as capitações disponíveis, como os gostos, hábitos e poder de compra dos consumidores. De tudo isto resulta que, por exemplo, o consumo de cereais *per capita* no Extremo Oriente é duplo do que se verifica na América do Norte; e no Próximo Oriente ainda é maior.

Atribui-se grande importância às proporções com que participam na dieta os alimentos hidrocarbonados (provenientes de cereais, raízes e tubérculos, na sua maior parte), em comparação com os alimentos ricos em proteínas — especialmente a carne e outros produtos de origem animal. A batalha pela quantidade indispensável de proteínas para cada indivíduo é talvez a mais árdua no campo da alimentação mundial. Não se trata neste caso do poder calórico dos alimentos ingeridos, mas da sua riqueza em elementos regeneradores dos tecidos e indispensáveis ao crescimento e à defesa do organismo. De acordo com as disponibilidades alimentares médias, as capitações diárias de proteínas totais nos países subalimentados andam por 58 gramas, contra 90 gramas nos países de nível calórico elevado. Mas se considerarmos apenas as proteínas de origem animal, a desproporção é muito maior: respectivamente, 9 contra 44; e se quisermos localizar um pouco mais a análise teremos: 8 gramas no Extremo Oriente, 11 na África, 24 na América Latina, 36 na Europa, 66 na América do Norte. À escala continental, a desproporção máxima, é, pois, da ordem de 1 para 8.

Dieta não só insuficiente mas pouco variada e onde faltam, além das proteínas, as vitaminas e substâncias minerais exigidas por uma alimentação equilibrada — eis o que significa este aspecto do problema alimentar. As consequências de tal desequilíbrio são visíveis no estado sanitário das populações, e mais notórias no desenvolvimento das crianças: é o chamado «kwashiorkor», com o seu fantástico cortejo de depauperamento e de terríveis deformações do corpo humano, frequente em África, em grande parte da Ásia, na América Latina e, em escala mais reduzida, noutras regiões do mundo.

Que poderá fazer-se em face de tal situação?

4. As soluções propostas não podem deixar de revestir-se de múltiplos aspectos e de cobrir vastos campos de actuação. Mas o essencial pode agrupar-se em três orientações gerais, se considerarmos apenas o campo alimentar propriamente dito — portanto, com exclusão de políticas restritivas da natalidade, que são usadas em alguns países. Estas orientações são as seguintes:

### 1.<sup>a</sup> *Escoar os «excedentes» da produção alimentar, para os países necessitados*<sup>2</sup>.

Parece ser esta uma solução muito simples. No entanto, os conselhos que se lêem nesta matéria estão mais carregados de boas intenções do que de propósitos concretos e práticos. O aspecto mais importante a considerar é talvez este: será necessário que o *aumento efectivo do consumo alimentar* num país que recebe «excedentes» seja igual às quantidades recebidas; de contrário, a dádiva pode arrastar para o país beneficiário a ruína da sua própria produção alimentar, que então se tornará «desnecessária» — o que, a prazo não muito longo pode ser desastroso para a situação que se pretendera remediar. Isto, para ver somente um dos lados do problema.

Tal não significa, porém, que se deva assistir indefinidamente ao espectáculo absurdo da restrição das áreas de cultivo em alguns países, devida à «falta de mercados», para não falar já das destruições de colheitas que, parece, não são actualmente mais do que uma amarga recordação. De facto, começa a notar-se uma consciencialização do problema, mais favorável à *colaboração internacional* do que às atitudes isoladas de cada país. A F. A. O. tem lutado bastante neste sentido, que parece ser o mais indicado.

### 2.<sup>a</sup> *Promover o melhor aproveitamento dos recursos naturais, especialmente nas regiões subalimentadas.*

Este aproveitamento pode ser conseguido por diversas vias:

a) *O alargamento das áreas de cultivo* é possível em muitos casos: «sòmente metade dos 7 mil milhões de hectares cultiváveis são actualmente explorados, dos quais 1300 milhões para a agricultura e 2300 milhões para pastagens»<sup>3</sup>. Mas é também indispensável que o combate à erosão e as práticas agrícolas colaborem na conservação do solo, evitando o abandono de terras, esgotadas por uma agricultura «mineira»<sup>4</sup>. Finalmente, a substituição de algumas culturas industriais, como a do algodão — progressivamente substituído pelas fibras sintéticas — permitiria alargar, por mais esta via, as áreas destinadas à produção alimentar.

---

<sup>2</sup> Em 1958-59, só as reservas de trigo dos E. U. A., Canadá, Argentina e Austrália somavam 53 milhões de toneladas, cerca de 1/4 da produção mundial (Vide M. CÉPÈDE, F. HOUTART e L. GROND — *Nourrir les hommes*, ed. CEP, Bruxelas, 1963, p. 296).

<sup>3</sup> M. CÉPÈDE, etc. — *Nourrir les hommes*, cit. p. 411.

<sup>4</sup> Veja-se, ainda da obra referida na nota anterior, esta transcrição, (p. 412): «O facto de na Argélia haver diáriamente 1000 seres humanos a mais é sem dúvida menos inquietante do que saber-se que existem também 100 hectares cultiváveis a menos.»



b) *A aplicação de técnicas agrícolas mais produtivas* é, por certo, a forma mais directa de aumentar a produção. «Nas regiões desenvolvidas, o rendimento de certas culturas atinge quase o dobro do nível registado nas regiões pouco desenvolvidas; para a carne e o leite, a diferença de rendimento por unidade animal chega a ser de 5 para 1»<sup>5</sup>. Efectivamente, o progresso técnico pouco tem incidido sobre as áreas atrasadas que, por isso mesmo, continuam a sê-lo; nestas áreas, os aumentos da produção têm sido devidos, na sua maior parte, ao alargamento das superfícies cultivadas.

Mas importa salientar que o progresso técnico só se concebe num contexto global de reorganização das actividades agrícolas. Não é em sociedades fechadas, senão mesmo feudais, de estruturas anacrónicas em matéria de propriedade e fruição da terra, formadas por indivíduos insuficientemente instruídos, carecendo de transportes e comunicações e praticando uma agricultura de subsistência, que o progresso técnico pode surgir, como panaceia que bastasse *adicionar* às estruturas existentes. A melhoria de produtividade da terra depende de uma acção de conjunto sobre todos os aspectos que significam progresso não só da agricultura, considerada como actividade económica — e não são poucos — mas das próprias condições de vida das populações rurais.

c) *A aplicação de técnicas não agrícolas à produção alimentar* poderá vir a ser uma contribuição importante, talvez mesmo decisiva. Actualmente, pode dizer-se que os produtos da pesca são os únicos de base não agrícola que entram na alimentação. Mas de futuro pensa-se que a contribuição dos oceanos venha a aumentar consideravelmente. O professor italiano Daniel Bovet declarou recentemente no Congresso Mundial da Alimentação que os mares e oceanos não produzem senão 1 por cento dos géneros alimentícios, embora pudessem produzir tanto como as terras emersas. Os processos a empregar é que não podem limitar-se à atitude passiva e aleatória da pesca, tal como é praticada: a exploração *generalizada* dos mares, baseada em estudos científicos, inclui não só o melhor aproveitamento dos produtos de natureza animal como a utilização das algas e outros produtos vegetais, aliás já iniciada.

Também a indústria química é susceptível de abrir largas perspectivas à resolução do problema da fome, através da produção sintética de alimentos. O professor já citado afirmou que «utilizando sòmente a décima parte da produção actual de petróleo, será possível extrair 3 milhões de toneladas de proteína pura, o que bastará para cobrir o actual *deficit* proteico no mundo.» Estas ideias basilares — aproveitamento integral dos oceanos e produção sintética de alimentos — não constituem novidade, embora pouco tenham evoluído no campo das aplicações práticas; o que

---

<sup>5</sup> *Troisième Enquête Mondiale sur l'Alimentation*, cit., p. 22.

é talvez novo é o interesse que em torno delas se começa a desenhar.

### 3.º Racionalizar o consumo dos alimentos

Trata-se de um campo em que haveria também muito para dizer. O aperfeiçoamento do consumo depende não só das atitudes dos consumidores como da maior ou menor perfeição dos circuitos distributivos. Há muito desperdício de substâncias alimentícias, desde a colheita até ao consumo propriamente dito. A melhoria das condições de conservação conduziria, só por si, a grandes economias de alimentos, que os insectos, os roedores, os fungos, etc., destróem. A existência de boas redes frigoríficas é necessária para a resolução do problema alimentar; e as regiões geladas talvez venham também a ser aproveitadas para este fim. Por outro lado, o aperfeiçoamento da comercialização, quando feita por cooperativas de base agrícola, pode contribuir para o tratamento rápido e adequado das produções de muitos pequenos lavradores que de outro modo se perdem para o mercado: o leite e os lacticínios, as frutas e os produtos hortícolas estão nestas condições.

Do ponto de vista da atitude dos consumidores, há a notar, por exemplo, a existência de milhões de indivíduos que consomem muito mais alimentos do que os necessários ao organismo, especialmente proteínas. A quantidade diária de proteínas recomendada pelos especialistas é de 1 g por cada kg de peso do indivíduo, o que dá, em média, 70 g para os homens e 58 g para as mulheres<sup>6</sup>. Mas há muitas pessoas, especialmente nos países de nível calórico elevado, que excedem largamente estas quantidades, chegando a consumir mais de 100 g. Uma acção educativa no sentido de alterar a composição destas dietas pode vir também a fazer parte da luta contra a fome, embora nada significasse nas condições actuais de distribuição das disponibilidades alimentares.

A própria composição da dieta nas várias regiões e grupos sociais desfavorecidos carece de ser estudada e orientada no sentido de satisfazer o mais possível as principais carências, com os recursos localmente disponíveis. Em certos casos é possível enraizar novos hábitos alimentares sem alterar profundamente a economia e o modo de vida das populações. Na luta contra o kwashiorkor tem-se recorrido, por exemplo, a combinações das pequenas quantidades disponíveis de proteínas animais (peixe, caça, etc.), com alimentos de origem vegetal também ricos em aminoácidos

---

<sup>6</sup> Para as crianças é superior, chegando a atingir 3,3 g por cada kg, nas de 1 a 3 anos. Sobre este e muitos outros aspectos da nutrição, consulte-se: Ethel Austin MARTIN — *Nutrition in Action* ed. Holt, Rinehart & Winston, Nova Iorque, 1963.

(soja, amendoim e outros) obtendo-se assim maior riqueza total em proteínas.

Finalmente, havendo controvérsia no que respeita à proporção óptima de proteínas de origem animal numa dieta equilibrada — os vegetarianos contentam-se com os ovos, o leite e seus derivados, embora seja corrente os nutricionistas considerarem necessárias proporções iguais de proteínas de origem animal e vegetal — é caso para perguntar se neste campo não seria possível progredir imenso, levando à generalização de dietas suficientes em proteínas mas contendo o mínimo de produtos de origem animal, especialmente carne. Deste modo se poderia alimentar muito maior número de pessoas. Senão, vejamos: «Calcula-se que, com a engorda de porcos à base de cereais e batata se perdem quatro quintas partes dos valores nutritivos, conservando-se apenas 1/5. Na engorda do gado bovino perdem-se nove décimos dos valores nutritivos, sendo apenas 1/10 desses valores utilizável sob a forma de carne para a alimentação humana»<sup>7</sup>.

É fácil, pois, concluir que não só a produção de alimentos e a sua distribuição pelas várias regiões do mundo cabem no âmbito da luta contra a fome; a racionalização do consumo constitui um seu complemento indispensável.

Os elementos que aqui deixamos à consideração do leitor servirão, talvez, para dar uma ideia de quão extenso e grave é o problema da alimentação à escala mundial e quão variadas e interdependentes são as perspectivas de solução em que o mesmo pode ser abordado.

##### 5. E em Portugal?

Em Portugal existem também problemas de alimentação que, aliás, têm já sido estudados por vários especialistas. Infelizmente, porém, não se dispõe de trabalho sistematizado sobre amostras representativas, que permita tirar conclusões seguras e quantificadas. Tudo ou quase tudo o que há se deve a iniciativas individuais de estudiosos que, apesar dos seus meritórios esforços, não conseguiram ainda que o problema da alimentação em Portugal fosse inscrito entre os que merecem os primeiros lugares das preocupações nacionais.

Para uma visão muito geral, dispõe-se das balanças alimentares<sup>8</sup>. As conclusões que se podem tirar a partir dos seus resultados são as seguintes (capitações diárias médias em 1961-1962):

---

<sup>7</sup> Fritz BAADE — *Economia Mundial da Alimentação*. Enciclopédia LBL, Livros do Brasil, Lisboa, 1963, p. 16.

<sup>8</sup> A de 1962 vem publicada nesta revista, na secção de «Estatísticas Sociais», onde se incluem também algumas notas sobre a sua elaboração.

a) Calorias (n.º) .....	2703
b) Gorduras (gramas) .....	69,7
c) Proteínas (gramas):	
de origem vegetal .....	45,6
de origem animal .....	<u>27,2</u>
	72,8

Estas captações excedem, tanto em calorias como em gorduras, as indicadas no *Relatório Final Preparatório do II Plano de Fomento*, cujo nível, referido provavelmente a 1956, fora estimado nas seguintes cifras: 2500 calorias, 69 gramas de proteínas (com 66 % de origem vegetal e 34 % de origem animal) e 66 gramas de gorduras. Tal estimativa baseou-se também em balanças alimentares — o que é natural, visto que estas vêm sendo calculadas desde 1950 — mas não sabemos se o processo de apuramento sofreu desde então algumas correcções. O quantitativo de proteínas mantém-se, praticamente no mesmo nível, com ligeira melhoria da participação relativa das de origem animal (37 % contra 34 %).

A propósito, deverá acrescentar-se que no mesmo Relatório se admitiram, como hipótese mais modesta de melhoria da situação alimentar, os seguintes valores médios diários, para serem atingidos em 1964: 2800 calorias, 79 gramas de proteínas (sendo 58 % de origem vegetal e 42 % de origem animal) e 90 gramas de gorduras.

Já se anotaram algumas restrições ao valor informativo de uma balança alimentar. Conforme acentua o Prof. Almeida GARRETT, «é evidente que ela só pode dar uma impressão vaga, aproveitável para orientação de política económica, mostrando a necessidade de incrementar certos ramos de produção; mas não diz, mesmo que as estatísticas sejam fidedignas, quais as disponibilidades totais de géneros alimentícios, porque alguns (mormente hortaliças e frutos) não são estatisticamente computáveis, bem como não diz como se alimentam os diversos agrupamentos populacionais, por regiões, por meios rurais e urbanos, por classes sociais, etc.»<sup>9</sup>.

No entanto, a balança alimentar permite estabelecer «grosso modo», de acordo com alguns nutricionistas e sempre com a reserva das assimetrias de distribuição, que para a alimentação portuguesa se dispõe de quantidades quase suficientes, tanto em calorias como em gorduras e proteínas totais, mas com desequilíbrio muito acentuado em detrimento das proteínas de origem animal: alimentação pobre especialmente em carne, ovos, leite e seus derivados — como é, aliás, do conhecimento geral.

---

<sup>9</sup> Cit. por Carlos Santos REIS, em «A Nutrição e a Saúde Pública Portuguesa», *Revista do Centro de Estudos Demográficos*, N.º 12, 1960, p. 146.

6. Não se dispondo de inquéritos de consumo suficientemente representativos, o estado nutricional da população poderia ser apreciado por outros indicadores. Seria, por exemplo, muito útil seguir a marcha de algumas afecções causadoras de morte, tais como: beribéri, pelagra, escorbuto, raquitismo, certas avitaminoses e anemias, cirrose hepática, bócio, distúrbios intestinais da primeira infância, etc., atribuídos a carências ou desequilíbrios da nutrição. Mas pouco se sabe a este respeito, pois «o poder informativo da nossa estatística de mortalidade é muito resumido no campo nutricional. Por um lado, raramente se reconhece a malnutrição na etiologia dos óbitos que se rotulam, quase invariavelmente, pelo seu acidente terminal, infeccioso ou outro, para os quais a alimentação desequilibrada e insuficiente predispõe os indivíduos. Por outro, ela deixa-nos esquecidos todos aqueles casos que se situam na larga zona que separa a doença aparente da saúde, porquanto essas carências, latentes ou subclínicas, não têm sinais reconhecíveis pelos habituais métodos de exame, muito embora representem estados de deficiência nutritiva por vezes grave e constituam o grande grosso da coluna dos problemas da nutrição. As estatísticas portuguesas não esclarecem, por consequência, o problema do nosso estado nutricional.»<sup>10</sup>.

Este estado nutricional não pode deixar de estar inteiramente relacionado com as características gerais da alimentação portuguesa, que segundo a opinião dos nutricionistas que a têm estudado é particularmente pobre em proteínas de origem animal, cálcio, vitaminas B<sub>2</sub> e PP.

Mas há também situações inversas. É frequente o abuso de carne e gorduras, especialmente nas famílias de nível económico mais elevado, com carências simultâneas de alimentos vegetais, especialmente hortaliças e frutas, fontes insubstituíveis de certos nutrientes, sobretudo vitaminas e elementos minerais.

A par de um problema geral de disponibilidades alimentares e do aumento do poder de compra necessário para a generalização do consumo de certos alimentos protectores — muito especialmente o leite e seus derivados, em que apresentamos dos mais baixos consumos da Europa — há, portanto, um problema educativo a considerar. Não basta ter mais alimentos para consumir; é preciso também aprender a consumi-los melhor. E a educação do consumo alimentar em Portugal está ainda por fazer.

---

<sup>10</sup> C. Santos REIS — «A Nutrição e a Saúde Pública Portuguesa», cit. Este trabalho, que é por certo o mais completo publicado recentemente sobre problemas da alimentação em Portugal, serviu de guia nesta parte da presente nota.