

POLÍTICA ALIMENTAR

Pelo Dr. Hélio Póvoa

As palavras vivem... Nasceram para pompa da linguagem e morrem no silêncio tumular das vozes desprezadas.

Inconstante e caprichosa é a fatalidade biológica que rege os seus destinos. Vive séculos um vocábulo que parecera ter só alento para dias; de uso universalizado, recolhiam-se outros ao museu das expressões obsoletas, tangidas pelo sópro forte e volúvel das modas instáveis e contagiantes. Tudo ilogismos, surpresas, mistério na vida singular das palavras!

A dignidade suprema de uma palavra é a de retratar com exatidão um pensamento. Chega a ser mesmo o pensamento feito voz, tal como o pensamento é a própria palavra feita ato psíquico. Devem ser, pois, as palavras expressões legítimas da verdade. No entanto, nimba-se de santidade quando ilude, mente, aos lábios do médico, à cabeceira trágica dos irremediáveis...

Servem ainda preciosamente as palavras para o engodo do dizer nada.

Eis-me ante uma aguda tarefa relacionada a questões de alimentos e, no entanto, até agora estou a vos alimentar de palavras, palavras, e nada mais.

É que nossa incuria, não raro, em tal descrédito projeta certas palavras, que estas se tornam lázarus a espavorir, deante de si, tudo e todos.

Ao primeiro que mencionel o título exato do pouco e confusivo que vos tenho a dizer hoje, beneficiando-se na eloquência dos contrastes — coisas tristes vexatórias, numa noite de alegria e de orgulho — li no olhar expressão nítida desse temor, pânico eleitoral, que a lei teve de amoldar em dever obrigatório, tão mais grato si fôra gozo íntimo, prazer cívico. Para que me ouçam — e, o que é mais importante, para que me acreditem — antecipemos que a nossa original campanha política dispensa sufrágios, eleitores, e os mil tropeços do alistamento.

Política sem candidatura, portanto, desinteressada, ou melhor: política sábia com grande ideal soerguido nas alturas de dias atormentados: um Brasil forte, grandioso, composto de brasileiros sadios, felizes e valerosos!

Alimentação deixou de ser arte de matar a fome, o alimento, simples combustível da máquina orgânica.

Quero crer que em nenhum dos departamentos do saber se tenha progredido tanto e tão velozmente como nos domínios da nutrição, outrora puro empirismo, em seguida, breve capítulo da fisiologia, hoje florescente ramo da ciência autónoma: metabologia, no batismo autorizado de Annes Dias. Si uma força pode ser considerada como soberana absoluta na face da terra, esta é a do alimento.

Na sua conquista, convergem os nossos esforços; na distribuição, extremam-se as leis que nos governam; o seu conhecimento técnico porfiava ciências várias na circulação comercial, nações se engrandecem e outras se arruinam...

Ainda que não vivamos só para ele e não só dele, o alimento é complemento da nossa vida e nosso próprio.

Alimentar é viver, e a vida é até certo ponto alimentação. Os conhecimentos precisos da bioquímica nutritiva impuseram novos recursos à alimentação dos seres, e o conceito de alimento se alongou até ao extremo, em que é compreendido em nossos dias de todos produtos úteis ao organismo vivo.

A natureza das ações fisiológicas dos alimentos só varia menos que a sua composição física ou química.

Basta atender que são alimentos a carne, os sais minerais, a água, o próprio oxigénio, cada um tendo de cumprir finalidades bioquímicas bem diversas, todos atendendo a condição biológica imprescindível à natureza alimentar: utilidade orgânica. A resultante natural da nutrição perfeita é consequência da atuação metabólica de parcelas alimentares em quantidades as mais variáveis, desde o infimaltesimal vitamínico às quotas bem maiores dos protídios e glucídios.

Já passou há muito o tempo em que os defeitos alimentares eram considerados como perturbadores quasi que exclusivos do rendimento imediato da máquina humana.

As nossas vistas perquiridoras já descem mais fundo e alcançam mais longe. Os quadros imediatos da nutrição pa-

tológica são ruidosos de sintomas e tangem mais cedo ou mais tarde o corpo em que processam as mãos clínicas. São atribuições quasi que só da esfera médica, ainda que de desempenho sobremodo embaraçoso na prática.

Ameaças bem mais severas aponta a metabologia moderna nos malefícios tardios, demorados, da nutrição defetiva. Aqueles vícios agudos, dizem mais com o interesse dos indivíduos; esses vícios crónicos entendem-se com as coletividades e a sua remoção excede á solução médica de um caso clínico, para erigir-se em medida de salvação pública.

Quem põe um diabético num regime de vida alimentar compatível com o seu estado mórbido, a maioria das vezes irremovível, graças aos preciosos recursos terapêuticos, dietéticos e medicamentosos que possuímos, se desobriga de um nobre dever, à altura das nossas dignidades profissionais.

Mas quem concerta a alimentação de um povo jugula um flagelo social e rasga horizontes mais alvifereiros aos destinos da nacionalidade. Fugindo aos pormenores técnicos aqui incomportáveis, e que constituem hoje verdades cancionadas, ninguém mais ignora que a alimentação errônea compromete os destinos de uma raça, perturbando ainda que inaparentemente a vida dos povos.

Mal alimentado, um homem tem diminuído o seu rendimento produtivo e encurtada a vida. A resistência às infecções se fragiliza, como as violências traumáticas cedem os ossos quebradiços; o valor humano se deprecia no presente e, nos dias do porvir se resvala no plano inclinado do depercimento progressivo, à eterna força propagadora da herança. A luz étnica, nivelam-se na mesma criminalidade, ante o futuro do nosso tipo racial, a mãe que por sentimentos subalternos se nega a atender ao filho em pleno gozo de um direito sagrado — o do seio nutritivo, como um pai que imprevidente transpõe as fronteiras de um delito biológico não corrigindo em si os fatores vários apontados pela ciência como capazes de perturbarem a criação normal.

E no tocante à infância! São unânimes os pediatras em reputarem o capítulo das desordens nutritivas o mais importante e extenso de sua especialidade.

A alimentação mal conduzida é a maior dizimadora dessa fase da vida, onde se encontram as preciosas reservas humanas que nos vêm substituir nas fileiras dos vivos.

De 15 a 17 % é a mortalidade infantil em nossa cidade. Os problemas alimentares assumiram assim, em relação à vida das coletividades, uma influência verdadeiramente decisiva nos processos norteados do seu destino bio-social.

Entre os pratos dessa balança temível — capital e trabalho em cujas más pesadas se originam os mais graves conflitos sociais, se ergue um fiel que são as imperiosas necessidades de uma alimentação condigna com a natureza humana, levantado para o ar como um braço dorido e implorando misericórdia. O salário mínimo se impoz como um respeito ao matar a fome, e não como um direito à alimentação adequada. Aliás, esta se não resolve só a dinheiro; será a solução do problema alimentar uma consequência menos económica que educativa. Fixar quotas de remuneração para que as massas humanas, sobretudo entre nós, onde a penúria educativa é a mais dolorosa das realidades, não morram à míngua, é paliar sintomas, mantendo a soita, intangida, a causa maior, única ou não, do mal.

Em matéria alimentar, as soluções puramente financeiras, especialmente entre as populações rurais, virgens de instrução e muitas delas tribus a serem visitadas com o mesmo ceremonial explorativo com que se devassa a Amazônia, são praticamente de absoluta ineficiência.

No rincão fluminense, numa doce fazenda onde me criei, o rebanho proletário — é este o triste, mas exato qualificativo — abastecia-se num único torneamento, onde um caderno de assentamentos de dividas dispensava a moeda circulante, assim deixando o mero instrumento de trabalho árduo na inconsciência de um ajuste final entre a receita e a despesa, esta quasi sempre devorada por aquela.

Um belo dia sou o eco de um dispositivo proibitório: o operário passou a receber em dinheiro do país e lhe foi respeitado o dinheiro de livre aquisição comercial.

A moeda de circulação gorda — um suíssimo pedaço de papelão com letras gordas — tivera o seu castigo merecido: devorara homens, devorou-a o fogo.

Liberdade é a emancipação, ventre livre aquisitivo!

Fôra esquecido, porém, um simples pormenor: a cartilha de A B C. Todos sabemos a pungente significação vocabular desse termo ambíguo criador de paraísos... e de purgatórios — liberdade — no dicionário acanhadíssimo de um analfabeto.

Quasi vinte anos depois de ausência, filho ingrato, voltei à minha velha e amiga cidade de Campos, indaguei sem esquecer um nome, pois — são indeléveis as imagens gratas da infância — dos meus companheiros de meninice feliz: quasi todos devastados pela morte em plena mocidade...

Como se alimenta o "vasto hospital", de Miguel Pereira? É bem difícil a resposta. Não sei mesmo se possa ser dada.

Busquemos, todavia, um caminho direto. A educação alimentar é um corolário da civilização.

Aquí temos a nossa Capital. Uma joia. Servirá de padrão. Décimos e centésimos do que nela se processar, traduzirão as localidades rurais e as regiões sertanejas.

Bem sei da imperfeição desse critério aritmético, um tanto colegial, desse calcular o grau de civilização e progresso. Mas não nos preocupemos em discutir-lhe a valia científica, por um simples fato: nos domínios da alimentação razoável, o todo carioca não comporta divisões apreciáveis: é já fração ínfima. Aliás, houve já quem dissesse mesmo que o nosso sertão tem começo ali no fim da Avenida Rio Branco.

O meu juízo sobre a alimentação do Rio não é lisonjeiro.

Estou vagarosamente a coligir dados para, em oportuno momento, como simples colaborador do ilustre professor Annes Dias, conjuntamente pintarmos o sombrio quadro da alimentação da nossa adiantada Capital. O âmbito de nossas verificações tem sido o das classes operárias, e a questão assume aspectos mais graves, por motivos conhecidos.

Nas camadas mais elevadas, favorecidas pelas posses e pelo nível cultural, a situação é sem dúvida mais tranquilizadora, má grade o ranço de uma velharia de costumes dignos de tenaz combate e que comumente faz entender, por comer bem, comer muito. Nas classes a que me referi, a má situação alimentar é, ao nosso ver, consequência mais da ignorância de rudimentos os mais elementares de dietética, que de privações económicas.

A observação está ao alcance de qualquer um: nos restaurantes de refeições a baixo custo — de 800 a 1.500 réis — destinados aos operários e os existem em grande número nas proximidades das fábricas, grandes construções, centro comercial, a maioria das mesas possui uma garrafa de bebida, excepcionalmente inocente refrigerante de custo igual ou maior que toda a ração alimentar então consumida. Ocultando a minha condição de antagonista desse género de comércio maléfico e exibindo ostensivamente, o que ainda é de maior relevância, a minha qualidade de não provável concorrente no negócio rendoso, o proprietário de um desses cognominados pela profunda zambedoria popular "Frege" — pois de fato "fritam" a saúde e a vida, confessou-me sob reserva — tranqüilo com a sua consciência de justo, que por 1.000 réis não podia dar uma boa refeição, às vezes com géneros caros, mas assegurava que as bebidas, sim, estas eram de "qualidade", pois até, atentemos nesse até, vinham diretamente da fábrica.

Quasi 80 % dos operários da nossa cidade que almoçam nesses restaurantes majoram de 50 % ou mesmo dobram o preço da refeição pelo complemento líquido que ingerem menos por vício que por falsa noção de que assim facilitam a digestão e fornecem energias ao corpo frequentemente de peso sub-normal.

Há poucos dias, fui assistir bem perto o almoço de um pequeno grupo de operários, na sua maioria possuidores de um ofício, o que sempre significa já certo apuro profissional. Eram pedreiros, carpinteiros, estucadores, ladrilheiros, taqueiros, em número de 18.

As rações infringiam a primeira exigência de uma ração mesmo medíocre. Eram de aspecto desagradável: em latas de má apresentação, os alimentos todos misturados, farinhentos, tudo mais ou menos acolado ao fundo do vasilhame, sem o menor odor apetitoso, ao ser reaquecida num foco de calor improvisado. Nas 18 marmitas, nem um um só talo ou folha verde; carne freama numa única ração, que por sinal era um dos menos graduados do grupo — um servente; carne seca em três refeições; em todas as latas — porque nem um só almoçava em prato, certamente objeto de luxo — feijão, arroz, e tornando o conjunto seco, pulverulento, abundante fartura de farinha de mandioca. Só um sobremesara laranja e outro uma banana.

Nada menos de nove serviram de álcool (dois, vinho e sete, cerveja).

Sem dúvida, isto é nada para conclusões que exigem muito; mas creio que o que está registrado é mais que suficiente para, mesmo diante da impossibilidade no momento do cálculo energético pela determinação do valor calórico, assegurar-se ser aquela alimentação usada deficiente, carenciada, inadequada, maléfica.

Aliás, num dos nossos grandes hospitais, se cometeu o crime de ministrar por mais de um decênio, a doentes sem indicação dietética restritiva, com necessidade calorica de trabalho leve, uma única refeição de comida de sal, por dia, não contendo o repasto um quantum energético que se abeirasse nem de 800 calorias. Alguns mesmos "dos bons trabalhos que concorreram à laurea" Pedro Escudero, hoje aqui solenemente conferida, exibem aspectos dolorosos de rações alimentares lamentáveis, cujas verificações feitas por fatuosos e esforçados estudantes, com conhecimento bastante aproveitável do assunto, constituem documentos eloquentes e sugestivos de que a alimentação das nossas classes proletárias, mesmo em grandes centros urbanos, e sobretudo precária, exigindo uma interferência direta e imediata no sentido de melhorá-la, sob pena de consequências as mais danosas.

A gentileza do ilustre Dr. Clovis Lima Rodrigues, Director do Abastecimento do Distrito Federal, está nos proporcionando o valioso serviço de facultar os dados estatísticos de consumo dos nossos principais géneros alimentícios. O vulto da tarefa exige tempo mais bem dilatado.

Já possuímos alguns dados bem significativos da tese referente à má orientação alimentar de nossa Capital.

Por habitante, o Rio consome por dia 93 gramas de carne verde, 77 gramas de arroz, 75 gramas de batatas, 67 gramas de feijão, 37 gramas de farinha de mandioca. Estas cifras que são de absoluto rigor, por se tratar de género de estoque perfeitamente controlado pela respectiva repartição fiscalizadora para efeitos de abastecimento e respectivo tabelamento de preço. Mesmo com a falta dos demais informes necessários, já podemos entrever o baixo consumo proteico e o excessivo ingesta de feculentos e farináceos. Sendo os ovos produto de controle difícil, em virtude das criações de quintais particulares, a cifra oficial, que dá um consumo miserável — 0,07 da unidade ovo, por pessoa e por dia, deve estar aquém da realidade.

Ainda que a majorem de muito, pode-se afirmar, sem temor de erro, que a participação do ovo em nossa alimentação está muito abaixo do que exigem as necessidades orgánicas.

Berardinelli e eu, na página que escrevemos no volume de tradução do livro de Escudero, afirmamos, sem que até este momento se impusesse qualquer retificação, que "em sua quasi totalidade a alimentação do país se processa ao desabrigo da instrução, da educação e da lei".

Algumas das lacunas sérias que apontamos nessas apreciações despreocupadas, ao correr da pena, saltam aos nossos olhos, no centro capital do país!

Que devemos esperar do que possamos encontrar nas zonas rurais, onde as populações sucumbem ao peso esmagador de males inúmeros, a chaga do analfabetismo a dianteira de todos? Impõe-se um são movimento em favor de uma alimentação melhor, de norte a sul.

Que outro nome mais justo para essa grande bandeira redentora do que política alimentar, compreendida a política na majestade superior de governo dos destinos dos povos?

O gigante brasileiro não dorme, está alerta, mas de energias quebrantadas, combatido...

Filhos seus levar-lhe-ão a seiva da saúde plena para a escalada heroica de melhores dias, no exercício da mais bela das profissões: a medicina!