

ALGUMAS IDEIAS POUCO POPULARES

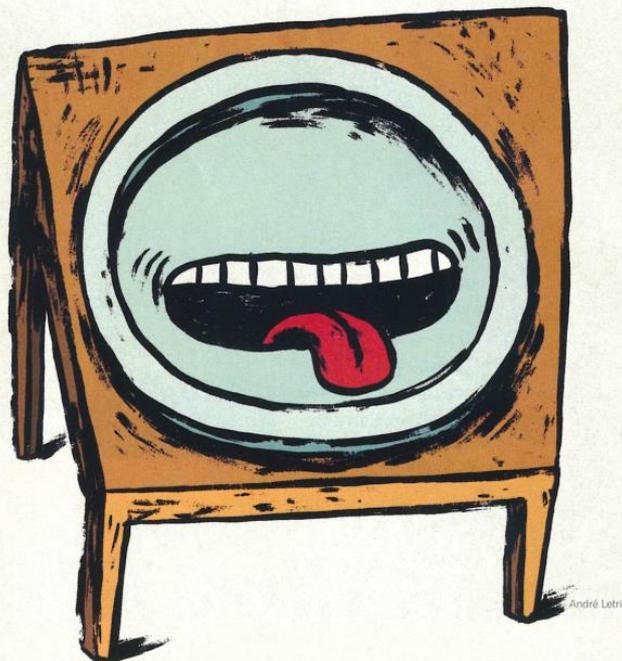
Portugal tem tudo para se tornar um paraíso da boa alimentação. Tem tradição de alimentação saudável e gosto pelo que é de qualidade. Tem muita gente que sabe fazer bem. Tanto em casa (com as avós e mães à cabeça) como fora dela. Tem também produtos agrícolas de grande qualidade, a começar pelos frutos e hortícolas, pão e azeite de grandíssima qualidade e variedade, terminando no pescado, do qual somos ainda os maiores consumidores europeus.

■ Pedro Soares

Pois bem, temos tudo isto, mas também se nota um progressivo relaxe na protecção dos nossos bons hábitos alimentares. A começar na escola, onde as ementas com produtos regionais são uma ficção até à restauração, onde é cada vez mais difícil apresentar soluções baratas recorrendo a sabores nacionais.

O que podemos fazer? Alguns dirão que é o progresso e que a progressiva abertura de fronteiras significa também a necessidade de abandonarmos os nossos hábitos alimentares. Contudo, são estes mesmos hábitos, fruto de uma relação milenar entre os recursos naturais existentes e o nosso organismo que permitiram ao homem mediterrânico prosperar e ter saúde. E se pensarmos que esta relação milenar é essencialmente uma relação cultural com o território-espaco que nos rodeia, então estaremos ainda a discutir outra dimensão. Vem isto a propósito de algumas ideias que propomos para discussão em 2006.

Deve ser acordada uma definição de alimento pouco saudável na União Europeia. Não sabemos nós que determinados alimentos são nocivos para a saúde, como aqueles com excesso de sal, açúcar e gordura saturada? Então, porque não regulamentá-los? Obviamente que quem quiser continuar a consumir regularmente refrigerantes ou batatas fritas



André Letria

de pacote poderá continuar a fazê-lo, mas pelo menos terá informação sobre os riscos que pode correr.

Se hoje sabemos que o consumo regular de três peças de fruta e de dois pratos de sopa de hortícolas por dia é medida decisiva para a saúde das populações, nomeadamente ao nível da saúde cardiovascular e oncológica, porque não pode o Estado regulamentar no sentido de aplicar medidas fortes para que este conhecimento se transforme em prática diária?

Se as escolas são locais de aprendizagem para a cidadania e para o bem-estar e se está proibido o consumo de álcool, tabaco e substâncias

ilícitas no interior da escola, porque se continua a permitir a venda de alimentos potencialmente perigosos para a saúde nos espaços escolares?

Se todos estamos preocupados com o consumo excessivo de determinados produtos alimentares "pouco saudáveis" por parte das crianças, porque não existem restrições à publicidade televisiva a estes produtos, em especial nos horários destinados aos mais jovens?

Aqui ficam algumas ideias para maturar neste 2006 que queremos melhor para o nosso país, com mais saúde e com uma mesa mais saborosa, consciente e saudável. ■