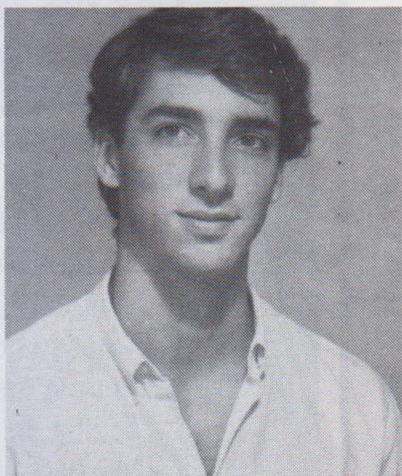


NUTRIÇÃO E SAÚDE

À mesa com um arquitecto sonhador

António Pedro Graça



A vida é feita de estranhas coincidências. De acontecimentos breves e raros que quando se tocam após longos anos de dormência nos deixam perplexos. Foi o que me aconteceu há dias quando acabei de ler «As cidades invisíveis» um dos últimos livros de Italo Calvino. Nele o autor descreve dezenas de povoações imaginárias. São as cidades que Marco Polo, o lendário viajante, conheceu e que este recorda para Kublai Kan, Imperador dos tártaros. São «terras prometidas visitadas em pensamento mas ainda não descobertas ou fundadas»: Octávia, cidade teia de aranha, Cloé, onde as pessoas que passam pelas ruas não se conhecem, Armilla, cidade incompleta, Zobaida, cidade branca, com ruas que se viram sobre si próprias. São centenas de cidades que nos fazem lembrar de forma intuitiva e subtil as ruas que percorremos diariamente...

Relembro-me ainda do dia em que pela primeira vez me falaram deste escritor italiano. Era uma tarde chuvosa de Novembro, passada quase integralmente a ver esse fabuloso filme de seu nome «Nostalgia». Se o realizador não fosse russo, talvez até se chamasse Saudade. Por coincidência a pessoa que me acompanhava era um estudante de arquitectura. Despedimo-nos no trânsito caótico da baixa portuense. Era hora de ponta, sexta-feira à noite e não me apetecia nada ir para casa num daqueles autocarros pegajosos de bafo húmido e apertos vários. Depois de um filme assim, forte e intenso, apetecia-me no mínimo beber qualquer coisa quente. Telefonei ao João Bartilotti velho amigo, que indignado se negou a fazer-me companhia. Que eu estava doido, convidar alguém para ir à baixa da cidade àquelas horas, se ainda fosse alguma rapariga, mais a mais estava a ler «O Barão Trepador» um livro de um tal Calvino, italiano, e que ele descendente de italianos devia conhecer.

Só mais tarde vim a saber que o livro pertencia à biblioteca pessoal de seu pai, curiosamente um arquitecto, culto e sonhador. Não sei se ele alguma vez terá lido estas «cidades invisíveis», o que me

espanta é a forma como, passados tantos anos, encontrei este livro. Algures numa livraria entre dois manuais de arquitectura. Agora o livro de Calvino está aqui à minha frente arrumado entre dois volumes de nutrição. Mais cedo ou mais tarde mudará de poiso, vítima de uma qualquer tentativa de ordenar o caos. Mas por enquanto não está mal. Isto porque creio sinceramente que a arquitectura de uma cidade influencia e em muito a maneira de ser de quem lá vive e come...

As nossas cidades pequenas e provincianas anseiam por se tornar grandes urbes metropolitanas e cosmopolitas. Vai daí mascaram-se de um trânsito aflito, de estacionamento exíguos e todos nós transvestimo-nos de uma pressa lisboeta, muito própria de quem não tem tempo para saborear a vida. Troçamos dos nossos vizinhos alentejanos. Come-se em pé, de costas, de cócoras. Ansiamos por sítios a abarrotar, sinónimo de bem comer. Os locais ao ar livre são para turista ver, rentabilizados com preços a duplicar. As zonas históricas transformadas por essa Europa fora em locais de convívio gastronómico de elevada qualidade, estão entre nós moribundas ou então geridas por restauradores pouco cientes da preservação arquitectónica e da ética palatal, sem o devido controlo de autoridades inexistentes para essa tarefa. As nossas zonas de lazer, praias, recintos desportivos, cinemas... habitualmente frequentadas por jovens, estão entregues aos empresários da comida lixo: bolas de berlim, chocolates, refrigerantes, rebuçados, chupa-chups são os reis da diversão. Quem procura um sumo natural ou uma peça de fruta é olhado de

lado, um agitador com a mania das coisas naturais. As escolas, locais de aprendizagem, de sabores saudáveis também, têm os seus bares geridos por critérios de qualidade duvidosa. Os pais pouco intervêm. E quem concede o licenciamento para estes locais não se devia preocupar, também, com a saúde dos mais novos? Entretanto criámos uma aversão a lugares agradáveis e bem decorados, onde pressentimos preços exagerados e sabores adulterados. Na nossa própria terra somos expulsos para dentro de uns lugares estranhos onde à socapa ainda conseguimos provar alguma gastronomia regional não muito adulterada. Indagamos o chefe sobre o conteúdo do prato? O modo como foi confeccionado? Ao ler menú procuramos a variedade? A culinária saudável? Ou apenas a rapidez e a conta diminuta?

As povoações algarvias com uma intensa tradição de convivência oral suportada por uma estrutura física que a favorecia, parecem ainda por vezes deixar escapar um sopro do antigo Garg-al-andaluz, baseado no seu símbolo arquitectónico - a alcáçova. Era neste emaranhado de pátios, jardins e salões que se discutiam negócios, selavam acordos e provavelmente se comiam acepipes (do árabe al-zabid). Apesar de perseguições e terramotos, por cá foram ficando a laranjeira e o limoeiro, as alcofas e o alguidar. As rabanadas soam-me ao nome do mestre cozinheiro Al Rahbani, o cozido algarvio com o recurso ao grão e à carne de carneiro sabe-me à «tagine» marroquina, as migas do sul cheiram-me à «hariza» árabe, a açorda alentejana ao «tarid» do garb.

Nestes dias o termo **Suporte Social** (o convívio e o apoio de um núcleo de amigos, familiares e instituições em áreas preferidas) significa cada vez mais - **-saúde** e tem vindo a suscitar o interesse da maioria dos investigadores em saúde pública de todo o mundo. Este facto não pode passar despercebido a quem pensa uma cidade com um passado tão rico feito de encontros sob o céu azul e à volta de uma mesa.

Até breve