

DICAS

PÓLIS-ILDESSES

DICAS

IDÉIAS PARA A AÇÃO MUNICIPAL

DS Nº 4

FEVEREIRO / 94

COMBATENDO A FOME COM ALIMENTAÇÃO ALTERNATIVA

Não é preciso muito dinheiro para complementar a alimentação das crianças, melhorando sua saúde e rendimento escolar.

O acesso à alimentação suficiente para uma vida saudável é um direito a ser assegurado a todo cidadão. E o principal responsável pelo combate à fome continua sendo o poder público. A erradicação da miséria depende de modificações estruturais fora do alcance imediato das prefeituras. No entanto, os dirigentes municipais têm a obrigação política e moral de criar alternativas compatíveis com o quadro de urgência que se apresenta.

O fornecimento de complemento nutricional, aliado aos serviços de atendimento às crianças (assistência médica, merenda, creche), pode gerar melhorias significativas em sua saúde e rendimento escolar. O método da Alimentação Alternativa permite um complemento nutricional de baixo custo e fácil implantação.

■ A ALIMENTAÇÃO ALTERNATIVA

O panorama nutricional brasileiro mostra um aproveitamento insuficiente do potencial nutritivo dos alimentos: a fome é agravada pela ausência

de iniciativas para uma melhor utilização de variadas fontes de nutrientes disponíveis. Desperdiça-se a complementação alimentar de baixo custo que pode ser encontrada em folhas de hortaliças, vegetação espontânea, sementes e farelos produzidos no beneficiamento de cereais como arroz e trigo.

O princípio utilizado pela Alimentação Alternativa é o da Multimistura, onde a qualidade decorre da variedade e não da quantidade. Aproveita-se toda a potencialidade nutritiva dos alimentos através da combinação de variados elementos.

■ FARINHA MÚLTIPLA

Pesquisas desenvolvidas na Universidade Federal de Minas Gerais e na Universidade de São Paulo apontam para a riqueza de vitaminas e sais minerais contidos nos farelos e nas folhas.

A produção de componentes nutricionais feitos a partir de farelos (de arroz e de trigo), da moagem de folhas verdes (de mandioca, batata-doce, abóbora) e sementes (de gergelim, girassol, melancia, etc.) - e sua reunião no complemento nutricional **Farinha Múltipla** - requer uma tecnologia muito simples: selecionar, moer, tostar e peneirar os ingredientes. O produto assim obtido é um complemento de fácil aplicação na culinária, podendo ser acrescentado à alimentação usual, sem alteração do paladar das receitas.

Pode-se aprender as técnicas de produção através de um curso onde, além da confecção do produto, discute-se os aspectos nutricionais, os resultados obtidos com o uso da Alimentação Alternativa, receitas para o melhor aproveitamento dos alimentos consumidos e também a recuperação de receitas tradicionais da culinária brasileira.

Juntamente com o uso da Farinha Múltipla, a Alimentação Alternativa trabalha no sentido de levar ao aproveitamento máximo de alimentos como: fubá, quirela de arroz e milho, vegetação espontânea como beldroega, ora-pro-nóbis, caruru,

trevo, borragens, chaguinha e cambuquira.

■ UMA POLÍTICA SOCIAL DE COMBATE À FOME

A adoção da Alimentação Alternativa permite à prefeitura executar uma política social de combate à fome em suas múltiplas manifestações - em particular a desnutrição infantil. Esta política pode ir além da orientação à população e fornecer a Farinha Múltipla como complemento nutricional a gestantes e crianças através de creches, merenda escolar e postos de saúde.

■ IMPLANTAÇÃO

O primeiro passo é a elaboração de um Plano de Implantação, para orientar a execução do projeto. Através de um estudo da economia e da cultura local, faz-se um levantamento dos recursos nutricionais (inclusive daqueles não considerados alimentos) e hábitos alimentares da população, determinando quais produtos podem ser empregados na fabricação da Farinha Múltipla.

Baseado nesses estudos, o Plano de Implantação deve ser detalhado, indicando as áreas envolvidas, as etapas, metas, prazos e responsabilidades.

A partir daí, pode-se organizar o fornecimento da matéria-prima, integrando ao projeto os pequenos agricultores da região. A prefeitura deve, ainda, procurar fornecedores para os produtos não assumidos pelos agricultores locais. É possível produzir a matéria-prima também em hortas comunitárias.

A montagem da Casa da Farinha, para o processamento dos ingredientes, baseia-se em tecnologia muito simples. A produção pode ser administrada e operada por uma cooperativa de trabalhadores ou mesmo por uma entidade filantrópica.

Nas áreas da prefeitura onde se pretende implantar a Farinha Múltipla, são necessários cursos de capacitação para os profissionais envolvidos.

O acompanhamento e supervisão dos resultados requer um sistema de registro quantitativo e qualitativo da evolução do projeto. O acompanhamento é completo por um processo de animação dos funcionários, através da avaliação contínua dos resultados, troca de informações com outras experiências em andamento e apoio técnico através da Rede "Alternativas Contra A Fome".

A elaboração de uma cartilha e a veiculação de anúncios funcionam como um importante elemento de apoio. É indispensável capacitar agentes multiplicadores da proposta através de seminários e cursos dirigidos à população.

■ RECURSOS

A implantação da produção da Farinha Múltipla não exige investimentos vultosos.

O atendimento a 13.000 crianças, por exemplo, requer cerca de US\$ 29.000, referentes a veículos, mobiliário e instalações. A contratação de consultoria técnica especializada para promover a implantação custa entre US\$ 12.000 e US\$ 15.000.

A fabricação da Farinha Múltipla tem custos operacionais muito baixos. Com cerca de US\$ 30.000 anuais é possível atender 13.000 crianças, o que significa aproximadamente *US\$ 2,31 anuais por criança* (sendo que, disso, a matéria-prima representa US\$ 0,60).

■ EXPERIÊNCIAS

Em Ribeirão das Neves-MG, o médico Marcos Oliveira organizou a distribuição de farelos de arroz e trigo como complemento nutricional às crianças atendidas no posto de saúde. Houve uma sensível redução do índice de perda de peso, que chegou a zero, e diminuiu o retorno de crianças com novas queixas. A partir desta comprovação clínica, pôde ser implantado um

programa de saúde e alimentação escolar baseado no uso de alimentos não-convençãoais. A prefeitura forneceu um fogão industrial para o posto de saúde, onde o complemento, à base de mistura de farelos, era processado e vendido a preço de custo.

Em Registro-SP, a experiência da Pastora da Criança, incorporada pelo Centro de Saúde, tem possibilitado a recuperação de crianças desnutridas nas regiões mais pobres do município. Utilizando-se do princípio da Multimistura, os técnicos do Centro de Saúde têm dado orientação nutricional às mães, obtendo sensíveis melhoras nas condições gerais de saúde das crianças.

É importante enfatizar o caráter de complemento deste instrumento: deve acompanhar programas de creche, reforço alimentar e assistência médica, que são sempre necessários. Não é a Alimentação Alternativa que elimina a desnutrição infantil, mas sim uma política social abrangente, da qual ela faça parte.

RESULTADOS

a) nutricionais

O fornecimento da Alimentação Alternativa para crianças, em creches e postos de saúde, proporciona cicatrização de lesões cutâneas, melhoria da visão e dos reflexos motores e psíquicos, diminuição de diarreias e outros sintomas típicos da desnutrição, aumento da capacidade de resposta a estímulos e redução de apatia e dificuldades de aprendizado.

vas.

Como a Farinha Múltipla pode substituir outros complementos nutricionais, baseados em produtos químicos produzidos por grandes empresas monopolistas, seu uso reduz o fluxo de recursos para fora da economia local.

c) sociais

Além de auxiliar no combate à desnutrição,

a Alimentação Alternativa pode diminuir a demanda por serviços de saúde e melhorar o aproveitamento no processo de aprendizagem infantil. A partir de seu sucesso, é possível desencadear outros programas alimentares, baseados no estudo dos recursos e hábitos nutricionais já realizado. A possibilidade de estimular trabalhos comunitários pode contribuir

para avanços na organização da sociedade civil e na descoberta de novas fórmulas de relacionamento entre esta e o governo municipal.

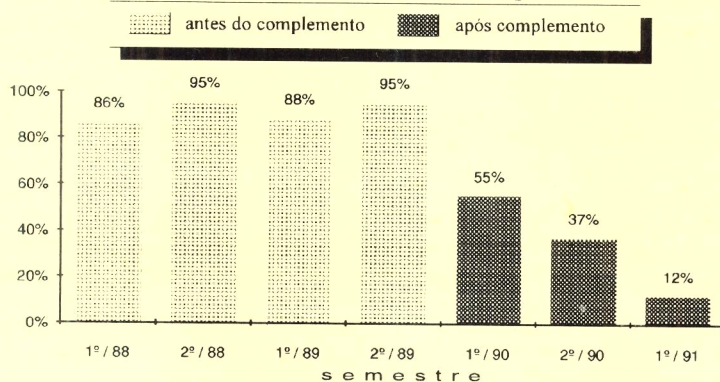
d) ecológicos

A Alimentação Alternativa possibilita o aproveitamento mais racional de recursos naturais, ao eliminar o desperdício de alimentos (e partes de alimentos) com grande poder nutritivo.

b) econômicos

Outros resultados positivos somam-se ao baixo custo do programa. A Alimentação Alternativa passa a servir, também, como instrumento de geração de renda, estimulando pequenos agricultores e iniciativas comunitárias como hortas e cooperati-

ÍNDICE DE RETORNO (% de crianças com novas queixas)



Fonte: Anotações do Dr. Marcos Oliveira (Ribeirão das Neves - MG).

e) culturais

Ao valorizar aspectos da culinária brasileira popular, possibilitando a redescoberta de antigas receitas e a reavaliação de outras, a Alimentação Alternativa pode ser uma intervenção cultural significativa junto à população do município.

Autor: José Carlos Vaz - Consultores: Valdo França e Christiane Costa Coordenadores: Carlos Morales (Pólis) e Heloisa Nogueira (Ildesfes) Editoração Eletrônica: Jamil R. Santos (Pólis)

DISC DICAS: (011) 822-9076, com José Carlos Vaz
Rua Joaquim Floriano, 462 CEP 04534-002 - São Paulo - SP