

Tem mais soja em nosso cotidiano do que imaginamos - Band.com.br

(Foto: Liana John)

- A soja se tornou um importante componente da alimentação dos brasileiros, embora boa parte da população acredite que toda a soja produzida no Brasil é exportada. Na verdade, das milhões de toneladas de soja produzidas no Brasil exportamos aproximadamente a metade, algo em torno de 55%. Os demais 45% são consumidos, direta ou indiretamente, pela maioria da população brasileira.
- O produto mais utilizado como alimento, no Brasil, é o óleo de soja, onipresente na cozinha popular brasileira. Mais de 80% de todo óleo de soja produzido é consumido no país, na preparação de frituras, saladas e dos mais diversos pratos.
- Da extração do óleo de soja dos grãos resulta o farelo de soja. É a parte proteica mais importante das rações preparadas no Brasil, em diversas formulações, para alimentar frangos (mais de 6 bilhões abatidos por ano), suínos (mais de 35 milhões abatidos por ano), ovinos e caprinos. Vale lembrar que 80% dos suínos produzidos no Brasil são consumidos aqui, assim como 60% dos frangos.
- Também os bovinos de corte e de leite, confinados ou semiconfinados, recebem rações à base de farelo de soja (mais de 35 bilhões de litros de leite por ano).
- O farelo de soja ainda entra na composição de outras rações, como as utilizadas na criação de peixes, em alimentos destinados a cães, gatos e outros animais domésticos. Além disso, ao comprar salmão do Chile ou da Noruega, o brasileiro está se alimentando com a nossa soja, exportada para esses países para criadouros de salmões.
- Em outras palavras, quando comemos queijo, presunto, frango e outros derivados da produção animal estamos, indiretamente, consumindo soja. Se optamos por um achocolatado no café da manhã ou almoçamos uma feijoada, estamos consumindo soja. Se o lanche inclui salame, mortadela, salchichas, fiambres e outros embutidos, a soja está presente. Não escapam nem bolachas, macarrão, bolos, broas, pães e sobremesas, como o quindim, onde a soja entra por meio dos ovos, pois a ração das galinhas é feita de farelo de soja.
- E o consumo é direto no caso dos alimentos vegetarianos, veganos e orientais como *shoyu*, queijo *tofu*, leite e refrescos à base de soja, hamburques, *nuggets* e bolinhos industrializados, feitos com proteína de soja texturizada.
- Além dos alimentos, a soja está presente na maioria das pastas de dente e em complexos vitamínicos, ricos em isoflavonóides. Basta ler a fórmula com atenção.
- +Há quem proteste, por ser a soja uma planta exótica, voltada para a exportação, plantada em grandes extensões de terras. Mesmo se a soja ajuda a economia, a alimentação e a saúde dos brasileiros e se o total produzido tem crescido por ganhos de produtividade (e não por abertura de novas áreas), há quem reclame, só porque a soja não é uma planta brasileira. Isso, no entanto, não é “privilégio” da soja. Na pauta das exportações brasileiras, responsáveis pelos grandes excedentes comerciais do país, destacam-se vegetais e animais oriundos de outros países e continentes. A base de nossa agricultura e de nossa alimentação é feita de espécies exóticas, boa parte das quais foi introduzida por portugueses ou pelo comércio estabelecido por eles desde o século XVI: açúcar, álcool, suco de laranja, café, carne bovina, carne de frango, carne suína e mel (sim, a abelha europeia, como o próprio nome indica, é exótica, foi introduzida, não é brasileira). É assim no Brasil e é assim em muitos outros países cuja economia se baseia na agricultura.