

# CURIOSIDADES DO MUNDO

## INSETOS PARA O JANTAR!

*Escrito por Filipe Gabriel Menezes Pancetti*

Ao ler esse artigo, você deve ter pensado “credo!”, estou certo? Pois afinal, não é novidade que ninguém gosta quando tem uma formiga ou mosca passeando em cima do nosso almoço. E como nós sempre trazemos novidades por aqui, então prepare-se! Hoje vamos falar sobre comer insetos. Isso mesmo! Não precisa fazer cara de nojo, pois nós comemos, por exemplo, alguns produtos feitos por eles, como o mel produzido por abelhas, e o corante chamado de vermelho carmim, que vem de um inseto conhecido como

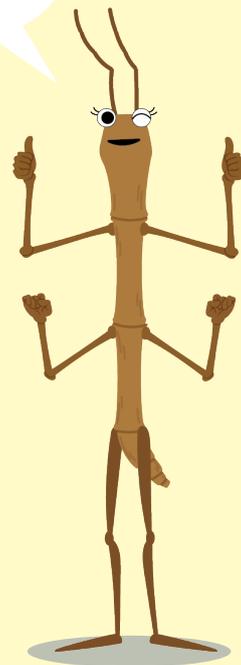
cochonilha, e nós usamos para colorir alguns alimentos.

Mas além disso, muitas pessoas em vários continentes como Ásia, África e América Latina comem insetos. Esse hábito está se tornando cada vez mais comum, e tem até um nome próprio, é a entomofagia, que significa literalmente se alimentar de insetos. Em alguns países da Europa, no Canadá e Estados Unidos já existe até uma regulamentação oficial para o consumo de insetos pelas pessoas. No Brasil ainda não temos

isso, mas mesmo assim, mais de 100 espécies de insetos já são apreciadas em nossas terras, em regiões do interior de São Paulo e no Nordeste. Existem pratos típicos, como a farofa de içá, feita com formigas saúvas.

Mas, além de ser cultural em algumas regiões, ou experimentar por curiosidade, tem algum outro motivo para nós comermos insetos? Na verdade, sim!

JANTAR?  
EU TOPO!



*Essas bolinhas acinzentadas são as cochonilhas *Dactylopius coccus*, que fornecem para nós o corante vermelho carmim.*



*Gafanhotos fritos vendidos em Bangkok, na Tailândia. Aceita uma porção?*

Assim como outros alimentos, os insetos têm muitos nutrientes, são uma boa fonte de proteína, sais minerais, gorduras e até ômega 6 e ômega 12. Outro ponto interessante é a parte ambiental, para todos que curtem um bom churrasco, devemos saber que para criar o gado, são necessárias fazendas que ocupam espaços enormes, precisam de milhões de litros de água e muita comida para manter os bois. Tudo isso impacta bastante o meio ambiente. Já a criação de insetos precisa de bem menos espaço, água e comida, eles geram menos gases e o impacto na natureza é muito menor, além do fato de que eles se reproduzem e crescem mais rápido também, olha só! Aposto que você não tinha pensado nisso, não é mesmo?

E como a criação de insetos impacta menos o meio ambiente, contribui até mesmo com um dos ODS (objetivos de desenvolvimento sustentável), o de

número 13, lembra dele? Aquele que fala sobre ações contra mudanças globais no clima. Interessante, né? Mas, se comer insetos tem todas essas vantagens, por qual motivo será que nós ainda vemos tão pouco sobre esse assunto por aí?

Pois é, não existem muitos mercados vendendo insetos no nosso país, não vemos esses bichinhos nos cardápios dos restaurantes. O motivo principal é justamente a reação que você deve ter tido ao começar a ler esse texto, nojo. As pessoas em muitas culturas ainda acham a ideia de comer insetos nojenta. Mais estudos sobre esse assunto são necessários também, para termos um conhecimento maior sobre quais insetos podem entrar no nosso cardápio, assim como formas de criá-los da melhor maneira, em um ambiente controlado e com boa alimentação, assim eles também se mantêm saudáveis e próprios para consumo.

Não só insetos, espetinhos de aranhas e escorpiões também são sucesso na Ásia. Na Europa o escargot que é um tipo de caracol é um prato muito apreciado e caro!



E caso você queira saber mais ou lembrar sobre os ODS, é só conferir na edição 6 da nossa revista, acessando o QR code ao lado.



**COMER INSETOS?!  
PENSANDO BEM, É MELHOR  
EU SAIR DAQUI**



## IMPORTANTE

Nem todos os insetos são comestíveis para humanos, por isso, não devemos sair por aí capturando qualquer inseto para comer, hein! Algumas espécies podem ser perigosas, podendo morder, ferir ou possuir veneno. Outras podem transmitir doenças. Pessoas que são alérgicas a crustáceos também devem tomar cuidado. Precisamos conhecer bem tudo o que vamos comer, nosso alimento deve vir de lugares seguros e confiáveis.