

# Opinião

Ensino



ALEXANDRA NOBRE Bióloga e docente do Departamento Biologia da Universidade do Minho (A autora não escreve segundo o Acordo Ortográfico 1990)

## Apetecia-vos tomar algo? Tomei a liberdade de pensar nisso...



O Dia Mundial do Chocolate comemorou-se há pouco tempo, a 7 de Julho. Porquê? Vá-se lá saber! Talvez algo relacionado com a sua chegada à Europa, por alturas do século XVI... Mas se há até um dia Mundial do Disco Voador, por que não celebrar um dos alimentos mais apreciados em todo o Mundo?

Aparentemente, uma pessoa em cada sete come chocolate todos os dias. E apenas 10% da população mundial não gosta do sabor do chocolate. E quem são os campeões do seu consumo? Acertou! A Suíça está no topo da lista com cerca de 10 quilogramas per capita em 2021 (parece que os portugueses andam pelo quilo e meio... ). E que os suíços não venham culpar a ansiedade da pandemia porque já antes os números eram parecidos. Mas que um quadradinho de chocolate ajuda, lá isso ajuda. Estamos tristes, vai um quadradinho de chocolate. Estamos ansiosos, irritados, prostrados, vai mais outro. Em mo-

mentos de carência emocional o chocolate é uma das muletas mais consensuais. E a química explica!

O chocolate possui uma substância (triptofano) que leva à produção de serotonina, o neurotransmissor responsável pela sensação de prazer. Na verdade, o chocolate possui mais de 500 substâncias capazes de interagir com a química do sistema nervoso, entre elas a cafeína e a teobromina que estimulam a actividade cerebral.

Mas afinal, em que consiste o chocolate? O substrato principal para a sua produção vem das sementes do fruto do cacaueteiro, uma planta originária de ambientes quentes e húmidos da América Latina. O nome científico da espécie, *Theobroma cacao*, significa cacau “alimento (broma) dos Deuses (theo)” e indicia já o seu “carácter divino”. Dentro das vagens (sim, o fruto é uma vagem) os grãos de cacau encontram-se envolvidos numa polpa açucarada e viscosa, que ini-

cia um processo de fermentação natural assim que o fruto é aberto e a flora microbiana nativa (bactérias, leveduras e alguns bolores) entra em contacto com ela. A fermentação é um processo essencial para que o produto adquira o seu sabor e propriedades características. E tal como os vinhos, os cacaos têm as suas assinaturas e personalidades que dependem tanto das variedades botânicas (castas no caso vitícola), como dos microrganismos do ambiente envolvente, responsáveis pelo processo fermentativo. Talvez não saiba, mas durante séculos o chocolate foi consumido sob a forma de uma bebida amarga. E só a partir do século XIX surge o chocolate em barra, quando foi descoberto um método para extrair a gordura dos grãos de cacau (manteiga de cacau) à qual se junta o respectivo pó e açúcar, originando uma pasta moldável mais ou menos doce, dependendo da percentagem de pó de cacau (no chocolate branco essa percentagem é nula).

Mas a indústria do chocolate é, tal como ele, doce e amarga. Os maiores produtores de cacau são o Brasil na América Latina e sobretudo países subdesenvolvidos de África como o Equador, a Costa do Marfim, o Gana e S. Tomé e Príncipe que contabilizam 3/4 da produção mundial. Apesar do mercado do cacau mover milhões e milhões de euros, os produtores ganham em média apenas 6% do preço final de uma tablete de chocolate. Se bem que o motivo desta discrepância seja grandemente logístico, as questões políticas não são inocentes. Actualmente assistimos ao aumento de consciência deste problema por parte dos consumidores que aderem ao comércio justo, apoiando agricultores e trabalhadores marginalizados destes países e contribuindo para o desenvolvimento sustentável.

O comércio justo (Fair Trade) é uma alternativa concreta e viável ao sistema tradicional de comércio.

Já pensou nisso?