Vitamina: um nome centenário (I)

Percorro o hipermercado em passo de passeio. Os meus olhos observam, sem muito esforço, as prateleiras repletas de embalagens. Embalagens contendo os mais variados produtos alimentares. Desde os “ovos da Páscoa”, da Páscoa que aí está a chegar, redentora, passando pelos vegetais embalados prontos a consumir sem lavagens prévias, pelas carnes já temperadas e prontas a cozinhar sem demora, aos enlatados representativos dos reinos vegetal e animal (e mineral se tivermos em conta a própria embalagem metálica). Caixas contendo cereais modelados nas formas mais engraçadas e imaginativas para alegrar os pequenos-almoços e lanches da pequenada, mas também para ajustar as silhuetas das beldades ao imaginário colectivo da beleza e formusura. Embalagens plásticas contendo aperitivos, guloseimas, pastilhas elásticas para esticar o tempo ou abreviar a espera.

Ao longo das prateleiras variam os géneros mas todos estão regulamentarmente rotulados, com as datas de embalagem e de fim de presença na prateleira, a história codificada em linhas negras mais ou menos finas e justapostas, e literatura resumida sobre alguns compostos nutrientes inclusos. Muitas vezes, alguns destes ganham destaque na embalagem em frases capitais, com cores garridas a inspirar vitalidade e energia. De entre eles, as vitaminas aparecem muitas vezes em doses de riqueza generosa.

Em ordem abecedária variável, letras substantivas aparecem capitalizadas e adjectivadas como vitaminas: C, E, A, D, B, K… Se estão na embalagem é porque o conteúdo é bom para a saúde e não se pensa mais no assunto. Se não estão, a sobrancelha céptica bolina o olhar até as encontrarmos numa embalagem vizinha.

De facto, o nome “vitamina” ocupa hoje lugar cativo na primeira fila da maior parte dos rótulos dos diversos alimentos embalados. A indicação de que o alimento em causa possui determinadas vitaminas, transmite-nos a confiança de que ele possui, pelo menos uma substância, em dose adequada, que é benéfica e essencial para mantermos ou repormos um determinado estado de saúde. Mas se isto é hoje uma constante dos menus rotulados, foi há cem anos é que se estabeleceu uma relação causal entre estas substâncias e o estado de saúde.

(Continua)

António Piedade

Ciência na Imprensa Regional – Ciência Viva