

Opinión



Los insectos comestibles

Jorge Bello

Desde España - Especial para Diario UNO
www.bello.cat

Destinado a revolucionar nuestro occidental y cristiano concepto de comida y alimentación, el informe que publicó la FAO la semana pasada presenta a los insectos como una solución fácil y barata para el problema de la alimentación mundial (la FAO es la Organización para la Alimentación y la Agricultura de Naciones Unidas). Este problema tiene dos aspectos.

Uno: los alimentos básicos escasean en las extensas regiones donde vive gran parte de la humanidad, y mientras estos alimentos son blanco de maniobras especulativas desde Occidente (se hacen por tanto más caros, menos accesibles), los habitantes de esas regiones no saben o no pueden aprovechar los alimentos de producción local, que serían baratos y para todos. Mientras tanto, en Occidente se desperdicia casi un tercio de todos los alimentos producidos.

Dos: las regiones en desarrollo son víctimas de una progresiva "occidentalización" de su alimentación tradicional. Intereses poderosos intentan cambiar los alimentos locales (y las bebidas), y la forma tradicional de consumirlos, por alimentos "occidentales" y por una forma "occidental" de consumirlos.

Estos alimentos (más calorías, más grasas, más azúcares, menos fibra) y la forma de consumirlos (como alimento y como entretenimiento) han demostrado ser nocivos para la salud humana puesto que guardan estrecha

relación con la obesidad y las enfermedades cardiovasculares.

Como propuesta para solucionar estos problemas, la FAO presentó la semana pasada este informe, que es todo un libro, sobre las buenas perspectivas que ofrecen los insectos como alimento básico, tanto en el ámbito individual (familiar, local, de la comunidad) como en el ámbito de la cría a gran escala, industrialización y comercialización, y tanto para la alimentación humana como para la animal.

"Insectos comestibles: perspectivas de futuro para la alimentación y la seguridad alimentaria" (Edible insects: future prospects for food and feed security) es un informe extraordinario que ofrece grandes perspectivas a cambio de superar los prejuicios culturales que subsisten en relación a la posibilidad de comer alimentos hechos con insectos.

Se dice entomofagia, y no es algo nuevo: un tercio de la población mundial, unas dos mil millones de personas, que viven sobre todo en Asia y África, comen insectos como parte habitual de la dieta de cada día. Sin ir tan lejos, en México es habitual el consumo de alimentos con insectos, como los escamoles (que también los sirven en un restorán de Madrid) o los jumiles, que son chinches de monte que se comen vivas.

Los insectos son nutritivos, sobre todo como fuente de proteínas: en general tienen tanta proteína como el pescado o la carne. Pero mientras que para producir un kilo de carne se necesitan unos veinte kilos de alimento, para obtener un kilo de proteína de saltamonte, por ejemplo, sólo se necesitan dos

kilos de alimento. Y es obvio que criar vacas es más complicado, más lento y más caro que criar insectos.

Ya hay granjas para la cría a gran escala de insectos en Laos, Tailandia y Camboya. Pero este tema aún despierta reticencias, pese a que resulta más barato y más eficiente que la producción de cualquier otro alimento. La FAO propone comenzar fabricando alimento para animales, sobre todo para piscifactorías, y para la alimentación de los animales del zoológico.

W Para producir un kilo de carne se necesitan veinte kilos de alimento; para obtener un kilo de proteína de saltamonte, por ejemplo, sólo se necesitan dos kilos de alimento."

Esto no debe sorprender: los animales de los zoológicos suelen comer unos alimentos que más quisieran comer muchos millones de personas en el mundo. Alimentar un león de jaula con carne de vaca es un pecado, puesto que en la misma ciudad seguro que hay niños que no comen carne casi nunca.

Será un buen comienzo: producir alimentos a base de insectos para alimentar animales domésticos o de granja sería una manera de abaratar la alimentación de estos animales. Y sobre todo sería una buena manera para empezar a cambiar los prejuicios sobre el asco que puede provocar sólo el pensar en comer insectos.

Se trata de preconceptos equivocados. No veo gran diferencia entre comer langostinos y comer saltamontes o grillos. En Argentina se acostumbra servir los langostinos pelados, pero en Europa, donde son un producto más habitual, y más barato, se acostumbra servirlos con sus patas, sus cubiertas duras, sus ojos y sus antenas, y a nadie le espanta quitarle todo eso y comerse sólo lo de adentro. Langostinos enteros, a la plancha, con ajo y perejil, son aquí una deliciosa comida para los días especiales.

Tampoco veo gran diferencia entre comer caracoles, que son de criadero, y comer orugas o moscas, que también serían de criadero. Es sólo una cuestión cultural, fácil sería cambiarla. Tal vez sea desagradable pensar en comer hormigas fritas o langostas a la parrilla, pero en las mesas argentinas se sirve intestino de vaca, testículo de toro, hígado de pollo y riñón de cerdo, y no resultan en especial desagradables.

Comer lengua, rana, vizcacha en escabeche, patas de chanco o almejas crudas con limón debería ser tan normal como comer un salteado de insectos variados. La FAO promueve el consumo de alimentos a base de insectos (o directamente el consumo de insectos cocinados según recetas locales) como alternativa a otros alimentos más caros, más difíciles de producir y de almacenar, y que están sujetos a los vaivenes del mercado y a los caprichos de la especulación.

Indica que hay unas 1.900 especies de insectos comestibles, de las cuales unos 400 tienen su hábitat natural en la zona del Amazonas, y casi 200 son de México. No se trata entonces de

algo exótico, sino de alimentos que están al alcance de la mano.

Por ejemplo: 100 gramos de hamburguesa de carne de vaca tienen menos calorías y menos proteínas que 100 gramos de termitas africanas. Los grillos y las cigarras son comestibles, pero el gusano de seda no lo es, ni tampoco la oruga conocida como procesionaria.

Se supone que los insectos tienen menos probabilidad de contagiar enfermedades al hombre que los coma, pero sobre este extremo, y sobre la seguridad de los insectos como alimento en general, la FAO advierte que aún hacen falta más investigaciones.

La FAO también llama la atención sobre el peligroso empobrecimiento de la dieta humana: se conocen unas 8.000 especies comestibles que proceden de la agricultura, pero casi las tres cuartas partes de todas las calorías que consume la humanidad proceden sólo de cuatro de ellas: trigo, arroz, papa y maíz.

Esta injustificada pobreza en la variedad de alimentos potenciales supone un riesgo para la alimentación de las grandes poblaciones, porque así dependen de unos pocos alimentos que son susceptibles de escasear por causa del clima o de las plagas, o de la especulación del mercado.

En resumen: basándose en la experiencia y en investigaciones modernas, y con una argumentación incuestionable, este informe plantea todo un mundo nuevo para quienes sean capaces de salir de cierta estrechez mental. Y ya desde el prefacio anima a los interesados a contactar con los autores del informe para comenzar un prometedor capítulo de la historia de la alimentación humana.