Insetos: o alimento do futuro!



Por Maria Letícia

Já imaginou um alimento que é uma fonte super rica em nutrientes e proteínas, que é boa ao meio ambiente e também para o seu bolso? Apesar de comumente rejeitados como uma opção alimentar, os insetos são fontes nutritivas, de baixo custo e de baixo impacto ambiental. Além disso, de acordo com a Organização das Nações Unidas (ONU) é previsto um aumento de 70% a 88% na demanda de proteína animal até 2050, já que a previsão do crescimento da população mundial até lá, é de chegar a 10 bilhões de pessoas, fazendo com que seja necessário considerar incluir esse grupo na nossa alimentação.

Para entender melhor e esclarecer as dúvidas sobre essa possibilidade alimentar curiosa, entrevistamos o Rafael Ribeiro Soares Araújo, pesquisador e estudante de doutorado em biotecnologia da Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP) para nos ajudar a entender melhor o assunto.

Alguns dos pontos de dúvidas recorrentes à população, é em relação à segurança alimentar. É possível que, através da alimentação, o inseto possa vir a transmitir doenças como malária, dengue ou chagas?
Não é possível que ocorra a transmissão de doenças que você citou. Primeiro porque nenhum inseto que transmita doenças seria aprovado por órgão sanitário ou agropecuário para consumo humano e animal. Qualquer tipo de transmissão de doenças, seria possível de acontecer, caso esses insetos fossem coletados diretamente na natureza, ou seja, sem nenhum controle sanitário, mas, insetos pra alimentação humana ou animal, devem ser criados em ambiente controlado, ou seja, controle de temperatura, umidade e o alimento que eles estão consumindo, e seguir toda e qualquer legislação para a criação de animais que venham a ser usados como alimento. Portanto, a segurança alimentar é garantida.

Quais os benefícios a aquisição de alimentação a partir de insetos, pode trazer para a saúde da população e do meio-ambiente?
Insetos são altamente nutritivos e representam boas fontes de gorduras, minerais, vitaminas e, principalmente, proteínas. Possuem conteúdos superiores de proteína, principalmente quando comparamos com outras fontes como carnes, por exemplo. Tem espécies de grilo que possuem em torno de 65% de proteína e tenébrios chegam a quase 45%, e são valores consideráveis quando a gente compara com essas outras fontes, como a carne de frango. A produção de insetos, por exemplo, é mais sustentável que a produção pecuária atual por diversas razões. Por exemplo, menor emissão de gases de efeito estufa e composto simoníacos, necessidade de menores áreas pra produção e maior eficiência na conversão alimentar, uma menor quantidade de água para criação e de produção também. Então, custos para o meio ambiente são bem menores do que a pecuária tradicional, e esses fatores são preponderantes pra que se tornem fontes de proteínas, inclusive, mais baratas, ou seja, que sejam mais acessíveis ao bolso do consumidor.

Como é possível começar a introduzir e adaptar insetos na alimentação? Você acredita que a população venha a se adaptar a essa nova possibilidade?

Hoje os insetos podem ser encontrados em formulações para alimentação animal, in natura ou mesmo processados das mais diversas formas, também para alimentação humana. O fato de se desenvolverem cada vez mais de produção e processamento em massa e ainda inúmeras pesquisas no tema, não só alimentação, mostram sinais de um mercado potencial que esses animais, muitas vezes, tratados como repugnantes e vetores de moléstias, possam vir a conquistar. Eu acho que o que é possível é oferecer mais opções de alimentos que não causam tantos danos ambientais em função de suas formas de produção e, certamente, os insetos entram nesses grupos de alimentos com qualidade nutricional e que não causem tantos danos ao ambiente. No final das contas, o que será determinante serão as escolhas das pessoas, e até porque opções nós teremos.

https://mail.real.fm.br/noticia/843/insetos-o-alimento-do-futuro em 07/11/2026 15:45