



## Romã é usada na prevenção do Alzheimer



Em 6 de janeiro, muitos se lembram dela para fazer a famosa simpatia no Dia de Reis, quando Gaspar, Belchior e Baltazar são evocados para abrir caminhos. Porém, fora da seara da crença e da superstição, a romã está se tornando uma aliada na prevenção contra a doença de Alzheimer, mal que atinge, segundo estimativa do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatísticas (IBGE), entre 900 mil e 1,2 milhão de pessoas no Brasil (com 100 mil novos casos ao ano). Um estudo da Organização Mundial de Saúde (OMS), de fevereiro de 2012, aponta que 36 milhões de pessoas são atingidas no mundo e esse número dobrará a cada 20 anos.

Um estudo desenvolvido na Escola Superior de Agricultura Luiz de Queiroz (Esalq), da Universidade de São Paulo (USP), tenta mostrar que resíduos de romã (no caso, a casca) são potentes aliados na prevenção da doença de Alzheimer, que é degenerativa e atualmente incurável. Intitulada "Resíduos de romã (*Punica granatum*) na prevenção da doença de Alzheimer", a pesquisa é feita por Maressa Caldeira Morzelle, pesquisadora do Departamento de Agroindústria, Alimentos e Nutrição (LAN), com a orientação da professora titular na Área de Nutrição Humana – Alimentos Funcionais Jocelem Mastrodi Salgado.

O mal de Alzheimer atinge, na maioria dos casos, idosos com mais de 60 anos. Inúmeros estudos indicam que entre pessoas que consomem frutas e verduras regularmente é menor o diagnóstico de doenças degenerativas decorrentes da idade avançada. "Isso se deve ao fato de que a quantidade de antioxidante presente nesses alimentos é elevada", comenta Maressa.

De acordo com o estudo, a casca da romã tem mais antioxidante do que seu suco e sua polpa. Os antioxidantes são essenciais para a prevenção contra os radicais livres que matam as células do nosso corpo, o que acarreta doenças degenerativas em geral. Partindo desse princípio, Maressa buscou alternativas que pudessem concentrar todo o extrato da casca em pó, para ser diluído como suco ou adicionado a sucos de outros sabores.

O trabalho agora está em andamento no estudo com cérebros de animais, observando qual o comportamento da casca da romã na doença de Alzheimer. A professora Jocelem diz que "posteriormente, será feita uma parceria com um médico pesquisador nessa área. Ele vai avaliar o comportamento do paciente com Alzheimer após o consumo do suco enriquecido com as micropartículas do extrato da casca de romã".

Jocelem afirma que o elevado índice de doenças crônicas não transmissíveis, caso da doença de Alzheimer, merece crescente atenção da comunidade científica. "A doença de Alzheimer envolve não somente problemas econômicos relacionados a gastos com saúde pública, como promove a redução da qualidade de vida e o comprometimento da saúde física e mental. Além disso, os medicamentos disponíveis atualmente apresentam alto custo e têm efeitos colaterais indesejáveis. Novas formas de prevenção devem ser estudadas, a fim de reduzir a incidência dessa doença na sociedade", considera.

### Alerta

O geriatra Edgar Nunes de Moraes, coordenador do Centro de Referência em Atenção ao Idoso do Hospital das Clínicas da UFMG, diz que não conhece a pesquisa feita pelos profissionais da Esalq/USP. Porém, discorda que os antioxidantes são uma arma definitiva contra os males do envelhecimento.

"Antioxidante é basicamente a vitamina E e não há nenhuma evidência de que é eficaz para esse fim. Ao contrário, o uso abusivo é comprovadamente maléfico ao organismo. Nos Estados Unidos, um quarto da população faz uso de vitamina E. Porém, megadoses – acima de 400 unidades por dia – são comprometedoras. É claro que pessoas que se alimentam mal são mais propensas a males na velhice. Porém, muitas preferem tomar vitaminas do que, por exemplo, fazer exercícios físicos, o que não é correto. No entanto, não posso falar nem sim nem não sobre essa pesquisa específica da USP, porque não a conheço."

Humberto Correa, do Laboratório de Neurociência da Medicina e chefe do Departamento de Psiquiatria da UFMG, considera que são muito iniciais os trabalhos desenvolvidos pelas pesquisadoras para chegar a "um pressuposto positivo". Ele diz que assim como a romã, muitos outros alimentos têm boas quantidades de antioxidante. "No estágio em que a pesquisa está, ainda em teste com animais, é muito preliminar. Pode ser que para o público leigo a notícia tenha peso, mas no aspecto do interesse científico ela ainda caminha", explica.

### **Saiba mais - Mal de Alzheimer**

Estima-se que depois dos 65 anos, entre 1% e 6% da população sofram de Alzheimer. Após os 85 anos, estima-se que de 10% a 30% (variável, segundo as fontes) das pessoas são afetadas pelo mal de Alzheimer. Mais precisamente, avalia-se que a doença atinja cerca de 5% da população acima de 60, uma prevalência que dobra a cada cinco anos e chega a 25% das pessoas com mais de 90. O Alzheimer é degenerativo, mais comum após os 65 anos e caracteriza-se pela perda progressiva de células neurais. Há um acúmulo anômalo de algumas proteínas no tecido cerebral que provoca a morte dos neurônios.

#### **Três perguntas para...**

**Jocelem Mastrodi Salgado – Maressa Caldeira**

#### **Como vocês chegaram à romã especificamente?**

Estudos desenvolvidos pela equipe (da professora Jocelem) e publicados em revistas internacionais mostraram que a romã é uma fonte de compostos bioativos, aqueles que, além de nutrir, podem prevenir ou reduzir o risco de doenças. Os estudos indicaram que a fruta se destacava como potencial fonte de antioxidantes, principalmente em sua casca. Com isso, decidiu-se testar sua atividade no mal de Alzheimer.

#### **Em que fase está o extrato da casca em pó?**

A fase mais importante já concluída foi mostrar cientificamente que existe um componente na casca da romã que consegue manter o nível normal do neurotransmissor acetilcolina, o qual, na doença de Alzheimer, se apresenta em um nível reduzido no cérebro. A acetilcolina é responsável pela manutenção das atividades cerebrais relacionadas a atenção, aprendizagem e memória. Transformamos a casca em um pó (micropartículas). Elas foram adicionadas a sucos de frutas e teve uma boa aceitabilidade por pessoas que participaram de um teste de análise sensorial.

#### **Como se sentem trabalhando com um tema, o mal de Alzheimer, que é de interesse mundial?**

O principal papel da universidade é encontrar soluções para os problemas enfrentados pela sociedade e passar esses dados de maneira clara, científica e orientada à comunidade. É bastante animador conseguir esses resultados satisfatórios comprovados por testes bioquímicos e sentir que devemos continuar trabalhando com essa pesquisa inovadora. E utilizando esses resíduos (a casca) estamos de alguma forma protegendo o meio ambiente.