



## USP ESALQ – ASSESSORIA DE COMUNICAÇÃO

Veículo: Diário de Pernambuco Online

Data: 10/02/2015

Caderno/Link: [http://www.diariodepernambuco.com.br/app/noticia/ciencia-e-saude/2015/02/10/internas\\_cienciaesaude,560114/pesquisas-revelam-que-o-acafrão-ajuda-no-combate-a-depressao.shtml](http://www.diariodepernambuco.com.br/app/noticia/ciencia-e-saude/2015/02/10/internas_cienciaesaude,560114/pesquisas-revelam-que-o-acafrão-ajuda-no-combate-a-depressao.shtml)

Assunto: Pesquisas revelam que o açafrão ajuda no combate à depressão

## Pesquisas revelam que o açafrão ajuda no combate à depressão

Cobiçada por chefs e degustadores gastronômicos, a cúrcuma mais conhecida como açafrão-da-índia ou simplesmente açafrão tem uma função que vai além de colorir e realçar o sabor das refeições. Pesquisa feita na Escola Superior de Agricultura Luiz de Queiroz (**Esalq**), da Universidade de São Paulo (USP), em Piracicaba, indica que o consumo do pó amarelo, obtido da raiz de uma planta asiática, é um importante mecanismo para prevenção de um recorrente problema psiquiátrico. Realizamos durante alguns meses um procedimento com animais e ele se mostrou capaz de reduzir comportamentos semelhantes aos da depressão, diz a nutricionista Gizele Barankevicz, responsável pelo estudo.

A primeira etapa da pesquisa consistiu em um teste para verificar o potencial antioxidante do açafrão. Já se sabia que o pó amarelado favorece o combate aos radicais livres responsáveis por desencadear e potencializar doenças ligadas ao envelhecimento. A partir desse resultado, iniciou-se a etapa com animais. Ratos foram submetidos a uma situação de estresse ao longo de seis meses, por meio de natação forçada. As cobaias eram colocadas em um tanque de acrílico, em formato cilíndrico, com água, e tinham que se locomover. A mobilidade variou muito entre os bichos que ingeriam a cúrcuma e os que não.

Segundo Barankevicz, o segundo grupo permaneceu imóvel, com um comportamento típico de deprimidos. No entanto, os ratos que consumiam o açafrão nadaram para tentar se livrar do problema. Os que não receberam o produto não tinham estímulo de fuga, se tornando imóveis. Esse é um comportamento típico depressivo. Quando são submetidos a situações estressantes, os deprimidos acabam as aceitando porque não têm estímulo. A cúrcuma serviu como um estímulo, explica a nutricionista.