

**Canela**

# Combate ao Parkinson

## Conheça a especiaria que pode impedir a progressão da doença degenerativa

**A** doença de Parkinson é considerada uma doença degenerativa, crônica e progressiva e foi descrita pelo médico inglês James Parkinson em 1817. Hoje em dia, ela é uma das doenças neurológicas mais comuns, não é fatal e nem contagiosa, não afeta a memória ou a capacidade intelectual do portador, no entanto, apesar dos avanços científicos, ainda não há cura.

Caracteriza-se por tremores, lentidão de movimentos, rigidez muscular, desequilíbrio, além de alterações na fala e na escrita, visto que afetam os movimentos da pessoa. A doença de Parkinson ocorre devido à degeneração das células situadas em uma região do cérebro conhecida como "substância negra". Essas células são responsáveis pela produção de uma substância chamada dopamina, a qual conduz as correntes nervosas ao corpo. A ausência ou diminuição dessa substância afeta os movimentos do indivíduo, provocando tais sintomas.

Segundo dados da Organização Mundial de Saúde (OMS), cerca de 1% da população mundial acima de 65 anos é afetada por essa doença e estima-se a prevalência de 100 a 200 casos a cada 200 mil habitantes. Existem poucas estatísticas no Brasil, mas calcula-se que 200 mil pessoas sofram dessa doença.

Diante disso, os tratamentos à base de remédios, cirurgias, fisioterapia, terapia ocupacional e fonoaudiologia, para os portadores que apresentam problemas com a fala e a voz, visam combater os sintomas, retardando o progresso da doença. O Levodopa (L-Dopa) ainda é o medicamento mais utilizado para amenizar os sintomas, no entanto, o uso prolongado pode causar reações secundárias, como movimentos involuntários anormais.

Evidências científicas têm demonstrado que a alimentação é uma alternativa para melhorar e regredir algumas doenças, bem como evitar uma série de patologias. Nesse contexto, a canela, especiaria amplamente utilizada em todo o mundo há séculos, destaca-se entre as ervas e condimentos devido às suas propriedades farmacológicas. Hoje, em nosso encontro, iremos conhecer um pouco mais sobre ela e os benefícios que pode trazer à nossa



A canela é o interior do tronco de árvores de várias espécies da família Laureacea: conhecida desde a antiguidade



Essa especiaria é frequentemente empregada no preparo de bolos e outros alimentos assados

saúde.

A canela é o interior do tronco de árvores de várias espécies da família Laureacea. Existem duas variedades principais: a canela-da-índia e a canela-da-china. É uma das especiarias conhecidas desde a antiguidade e foi tão valorizada que era considerada um item imprescindível quando a intenção era presentear os monarcas. No Egito antigo, encontram-se citações men-

cionando o seu uso para embalsamar corpos, em cremas e como afrodisíaco. É mencionado em alguns textos bíblicos por Heródoto e outros escritores clássicos da época.

No início do século 16, foi trazida por comerciantes portugueses diretamente do Ceilão (atual Sri Lanka, no sul da Ásia), chegando 1kg do produto a valer 10g de ouro. Foi introduzida no Brasil no

século 17 onde se aclimatou muito bem no Nordeste. Atualmente, os maiores produtores são os países do Sri Lanka, China, Indonésia e Vietnã.

Essa especiaria é frequentemente empregada no preparo de bolos e outros alimentos assados, pudins de leite, de arroz, receitas com chocolate, sobremesas de frutas, principalmente as de maçãs e peras. Ela é comum em

muitos pratos do Oriente Médio e Norte Africano e também é empregada na preparação de certos tipos de chocolates e licores. Na medicina, é conhecida por 'curar' resfriados, mas pesquisas indicam que a canela pode contribuir para o tratamento de diversas doenças.

Um estudo publicado no *Journal of Neuroimmune Pharmacology*, em junho de 2014, mostra que a canela pode ser uma arma eficaz contra a doença de Parkinson. Os pesquisadores concluíram que no organismo animal o fígado consegue transformar a especiaria em benzoato de sódio, composto aprovado em remédios usados no tratamento de problemas neurológicos.

Nesse estudo, ratos machos foram divididos em dois grupos. Um grupo foi induzido à doença de Parkinson durante 6 a 8 semanas, por meio de 4 injeções peritoneais com intervalos de 2 horas, de acordo com as orientações do comitê de ética local, enquanto o outro grupo, o controle, recebeu apenas solução salina. O primeiro grupo foi tratado diariamente com 100 µL de uma mistura de canela e 0,5% de metil celulose, 3 horas após a última injeção, enquanto o segundo grupo recebeu apenas 100 µL de uma solução de 0,5% de metil celulose.

O experimento realizado em ratos concluiu que o composto ajuda o cérebro contra a perda das proteínas que ajudam a proteger as células, os neurônios e as funções motoras. O próximo passo é comprovar o efeito da canela em humanos. Outra questão importante é a toxicidade. É difícil encontrar uma droga farmacológica que não apresente efeitos colaterais, entretanto, a canela tem um longo histórico como um produto natural não tóxico. Embora esse estudo tenha sido feito com animais, por conta dos resultados obtidos, os pesquisadores acreditam que a canela possa vir a ser um possível aliado no impedimento da evolução da doença.

*Um forte abraço a todos e até o nosso próximo encontro*

**Joclem Mastrodi Salgado é professora titular de nutrição LAN/Esalq/USP. Site: [www.joclemsalgado.com.br](http://www.joclemsalgado.com.br). E-mail: [joclemsalgado@usp.br](mailto:joclemsalgado@usp.br).**