

# Reduz a depressão

Pesquisa, da Esalq e FOP, aponta a ação antidepressiva da cúrcuma

**A** cúrcuma ou açafrão-da-índia é uma planta asiática, cobiçada por chefs e degustadores gastronômicos em diversos países. Sua principal característica é a forte cor amarela do pó obtido a partir da raiz, conhecido simplesmente como açafrão. Além de muito utilizada na culinária para acentuar o sabor e colorir alimentos e bebidas, é também importante no preparo de medicamentos.

Com interesse em explorar as funções medicinais da cúrcuma, a nutricionista Gizele Barankevitz avaliou, no Programa de Pós-graduação em Ciência e Tecnologia de Alimentos, da Escola Superior de Agricultura Luiz de Queiroz (Esalq), a atividade antioxidante e a ação antidepressiva do pó da cúrcuma em experimento empregando modelo animal. O estudo foi realizado em parceria com a Faculdade de Odontologia de Piracicaba (FOP) e estiveram envolvidos professores, alunos de pós-graduação e iniciação científica.

A pesquisa foi orientada pela professora Jocelim Mastrodi Salgado, do Departamento de Agroindústria, Alimentos e Nutrição (LAN), e reforçou a necessidade de estudos com compostos bioativos em alimentos de origem vegetal que auxiliem na redução ou prevenção do risco de desenvolver doenças como a depressão, cuja a incidência só perde para as doenças coronarianas.



Gizele Barankevitz

**Pó de cúrcuma (açafrão), e muito utilizado na gastronomia, reduz os sintomas depressivos, segundo estudo**

"A cúrcuma mostrou-se como um alimento promissor, capaz de reduzir alguns comportamentos análogos à depressão humana, em animais submetidos a um modelo experimental para avaliação de substâncias antidepressivas", conta Gizele.

Para o desenvolvimento da pesquisa foi necessário aplicar um teste de natação forçada em ratos, quando o animal é colocado em um tanque de acrílico com formato

cilíndrico com água para avaliar sua imobilidade.

"Ao serem submetidos ao teste de natação, os animais permaneceram imóveis, com um comportamento típico deprimido, não tentando fugir da situação. Os animais que receberam a cúrcuma tiveram uma redução nesse comportamento semelhante à depressão. Ao receberem esses tratamentos, eles tentavam a todo momento nadar e fugir da situa-

ção de risco, indicando que esse composto preveniu esse comportamento igual ao comportamento da depressão em humanos", conta a nutricionista.

A pesquisa resultou em indícios reais das ações antioxidante e antidepressiva do pó da cúrcuma na redução de sintomas depressivos. Segundo Gizele, os estudos serão aprofundados durante os experimentos a serem realizados no doutorado.