

FEBRE AMARELA

Surto faz do paraíso um inferno em MG

A tranquilidade no deslumbrante cenário cercado de mata atlântica deu lugar ao medo entre os 17 mil habitantes de Ladainha, no Vale do Mucuri. Na floresta que encanta também há mosquitos que transmitem a febre amarela. Na cidade, 17 pessoas já morreram, oito com a doença como causa confirmada. No estado, são 272 casos notificados, com 71 mortes, 25 delas confirmadas. **PÁGINA 13**

ENTENDA A PESQUISA



Os participantes não tinham cárie ou outra condição que afetasse a saúde bucal a ponto de interferir na função mastigatória



Para identificar alterações na mastigação, eles foram filmados enquanto se alimentavam. A fim de que seus hábitos alimentares fossem identificados, participaram de uma entrevista

RESULTADOS

- 1 O grupo de adolescentes com sobrepeso ou obesidade apresentou alterações relativas às funções dos músculos e maior dificuldade em realizar a mastigação
- 2 Meninas com sobrepeso ou obesidade mastigavam com maior frequência de um lado só
- 3 Adolescentes com sobrepeso ou obesidade preferem, com maior frequência, adicionar muito molho à comida ou ingerir líquidos enquanto comem alimentos sólidos
- 4 Esses jovens também preferem cortar o alimento em pedaços pequenos e desfam a carne

Thiago Fajundes/CB/D.A Press

JOVENS OBESOS MASTIGAM MAL

Estudo com 230 adolescentes de São Paulo mostra que aqueles com problemas de peso têm hábitos como cortar alimentos em pequenos pedaços e comer apenas de um lado da boca. O excesso de oferta de produtos processados pode explicar o costume

MARGARETH LOURENÇO
Especial para o EM

“Mastigue dos dois lados e devagar!” “Beba menos líquido com a comida!” Os conselhos muitas vezes repetidos aos filhos pequenos e até adolescentes encontraram amparo na ciência. Aliás, foi para entender se havia fundamento nesse conhecimento popular que a pesquisadora Paula Midori Castelo decidiu testar se poderia haver associação entre a mastigação e o sobrepeso. E tem.

“Observamos frequência maior de alterações nos músculos da face e de hábitos prejudiciais à nutrição nos jovens com sobrepeso ou obesidade do que naqueles com peso normal”, conta a pesquisadora, ligada ao Instituto de Ciências Ambientais, Químicas e Farmacéuticas da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp), em Diadema. O estudo coordenado por Paula Castelo foi conduzido com colegas da Universidade Estadual de Campinas (Unicamp), no campus de Piracicaba, e contou com o apoio da Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (Fapesp).

Participaram da pesquisa 230 adolescentes com idade entre 14 e 17 anos, filmados pelos investigadores enquanto mastigavam. Os vídeos foram analisados por uma fonoaudióloga, que avaliou a forma de mastigar de cada um dos voluntários. A alteração constatada que mais se sobressaiu foi o costume de mastigar apenas em um dos lados da boca, diz Castelo. Nenhum dos participantes tinha cárie ou qualquer problema na arcada dentária que levasse a esse comportamento. “O alimento precisa ser jogado de um lado para o outro, formar um bolo uniforme para evitar a formação de bolhas de ar que dão desconforto e atrapalham a digestão”, ressalta a pesquisadora. Como a mandíbula deixa de atuar igualmente nesse processo, “também pode haver alterações na estrutura de um dos lados do arco dentário”, completa Paula Castelo. O costume de mastigar com mais frequência de um lado da boca foi observado, sobretudo, entre as meninas com sobrepeso ou obesas.

Outro mau hábito que profissionais de saúde costumam condenar é o consumo de líquidos e molhos junto com a comida, já que contribuem para que sejam engolidos pedaços maiores de alimento. E essa foi outra constatação da pesquisa. Além de ser filmados enquanto mastigavam bolachas, os adolescentes responderam a questionário com 29 quesitos sobre os hábitos alimentares. Com as respostas obtidas, ficou evidente que boa parte dos voluntários com sobrepeso ou obesidade prefere o alimento com a adição de molhos e acompanhamento de líquidos para beber.

A sondagem revelou ainda a preferência por alimentos cortados, da carne aos legumes. Castelo informa que essa escolha indica o grau de dificuldade com a mastigação. Segundo ela, em parte, as falhas ao mastigar são explicadas pela grande quantidade de alimentos processados disponíveis no mercado. “As pessoas não treinam a mastigação como deveriam”, explica.

LITERATURA ESCASSA Os testes conduzidos por Paula Castelo não determinam que as alterações tanto no comportamento mastigatório quanto nos hábitos alimentares sejam a causa do sobrepeso ou da obesidade. “O estudo contribui para compreendermos que hábitos precisam ser observados e corrigidos na alimentação desses adolescentes”, destaca a pesquisadora. Ela ainda observa que é escassa a literatura relacionando a forma de mastigar e o sobrepeso. “Há muitos estudos sobre nutrição, mas não sobre mastigação”.

Paula Castelo acredita que os comportamentos e os hábitos dos jovens revelados no trabalho podem auxiliar tanto em intervenções e orientações feitas por especialistas como pelos pais. “Aos profissionais como médicos, nutricionistas, cirurgiões-dentistas, e também aos pais cabem o acompanhamento e a observação mais cuidadosa, identificando os efeitos nocivos que a má mastigação pode causar, orientando o que deve ser corrigido”.

O mesmo estudo ainda contemplou a análise da saliva de adolescentes, cujos resultados ainda não foram finalizados. “Queremos investigar, entre outras questões, os micro-organismos, a flora presente na saliva e se há relacionamento com a questão nutricional”, informa Castelo.

■ **LIGAÇÃO COM A PERIODONTITE**

O excesso de peso e a propensão maior a complicações cardiovasculares podem estar associados à periodontite, uma inflamação da gengiva em torno dos dentes. A conclusão faz parte do estudo do cirurgião-dentista Gustavo Giacomelli Nascimento, premiado, no ano passado, pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (Capes). Por ser crônica, a periodontite avança com a idade, contribuindo assim para o surgimento de outras doenças. “Em termos mundiais, essa doença atinge 11% da população, o que impacta financeiramente o indivíduo e o sistema de saúde”, explica o cirurgião-dentista Flavio Demarco, orientador da pesquisa.

Demarco diz que, no Brasil de hoje, “a maior preocupação ainda é com a fome e não com os males provocados pela obesidade”. Na tese, Giacomelli argumenta que, “diante do aumento da expectativa de vida dos brasileiros, da diminuição das perdas dentárias e do aumento significativo das taxas de sobrepeso e obesidade, é esperado que a prevalência de periodontite seja ainda maior em um futuro próximo”.

A partir dessa constatação, o pesquisador afirma que é preciso haver mudanças nos modelos tanto de prevenção quanto de tratamento das doenças periodontais. Ele lembra que “os fatores de risco comuns desses dois males e seus potenciais efeitos sobre outras condições de saúde evidenciam a necessidade de um cuidado integral e abrangente”.

SAIBA MAIS FALHA TAMBÉM NAS DIETAS

Um panorama da alimentação dos jovens brasileiros traçado pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) com o Ministério da Saúde e divulgado em julho confirma os hábitos detectados na pesquisa da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp). A sondagem constatou que arroz (81,7%) e feijão (67,9%) são os alimentos mais consumidos pelos adolescentes, mas seguidos de perto por refrigerantes (44,9%), doces e sobremesas (39,3%), biscoitos doces (25,8%) e salgadinhos fritos e assados (21,8%). Já a ingestão de frutas não figura no ranking dos 20 alimentos mais ingeridos, finalizado por

bolos e tortas (19,6%). As hortaliças aparecem em 10º lugar, com índice de 33,9%. Foram avaliados 71.791 meninos e meninas, com idade entre 12 e 17 anos e matriculados em 1.247 escolas de 124 municípios, englobando todas as regiões do país. Desses, 17,1% estavam com excesso de peso e 8,4% obesos; 80% consomem sódio acima dos limites máximos recomendados (5g por dia). Hábitos pouco recomendados durante a alimentação também foram constatados. Conforme o estudo, 56,6% dos entrevistados fazem refeições sempre ou quase sempre vendo televisão e 39,6% ingerem petiscos em frente à tela na mesma frequência.