



CONTRA OBESIDADE E A FAVOR DA MEMÓRIA

Propriedades da jaboticaba e do jambo-vermelho são reveladas em tese de doutorado na **Unicamp**. As frutas beneficiaram, por exemplo, o aprendizado em animais. **PÁGINA A7**

Frutas previnem doenças da obesidade

Pesquisa feita em Campinas revela que jambo e jabuticaba ajudam a melhorar aprendizado e memória

Da Agência Anhanguera

Uma tese de doutorado feita pela nutricionista Ângela Giovana Batista da **Universidade Estadual de Campinas (Unicamp)** mostrou que a jabuticaba e o jambo-vermelho ajudam a prevenir doenças associadas à obesidade e fazem bem à memória. A informação, divulgada pelo *Jornal da Unicamp (JU)* no último dia 14, revela que as frutas beneficiaram o aprendizado e memória em modelos animais.

As propriedades das duas frutas foram testadas em animais

Segundo entrevista da pesquisadora ao repórter Luiz Sugimoto, a ação de compostos antioxidantes bioativos e fibras dessas frutas vermelhas ajudam a prevenir doenças. “Nosso grupo trabalha com a jabuticaba desde 2008 e, como os estudos foram mostrando efeitos benéficos da fruta, resolvemos dar sequência à linha de pesquisa”, explicou Ângela Batista. “O jambo é uma fruta que não conhecíamos e que decidimos investigar por não haver nenhum relato na literatura sobre seus efeitos, sendo que a produção de um jambo-vermelho é muito alta no Brasil. Na época da safra, a árvore produz muito e, a não ser no Norte e Nordeste, as pessoas não consomem as frutas, talvez por desconhecimento”, disse ao *Jornal da Unicamp*.

A pesquisa, que foi orientada pelo professor Mário Roberto Maróstica Júnior, foi desenvolvida no Laboratório de Nutrição e Metabolismo, da Faculdade de Engenharia de Alimentos (FEA), revelou que o jambo tem, em sua composição, quantidades expressivas de fibras e polifenóis, com destaque para antocianinas, que são compostos associados a propriedades benéficas contra doenças metabólicas.

Segundo a pesquisadora, a composição química da jabuticaba e do jambo se alteram a cada ano. “A planta produz esses compostos bioativos (antioxidantes) para se defender dos efeitos de um clima indesejado para ela e, conforme o clima muda, ela apresenta quantidades diferentes destes compostos”, disse. Com base nesses compostos, a pesquisadora formulou dietas ricas em lipídios para os animais que participaram da pesquisa. Os animais foram alimentados com banha de porco para simular o que é consumido em termos de gordura nos fast foods.

Camundongos passaram dez semanas consumindo dietas com baixa e alta concentração de gordura, suplementadas com a casca de jabuticaba e a polpa de jambo-vermelho. “Após esse tratamento, os animais mostraram melhoras em marcadores de obesidade, como diminuição da massa corporal gorda, maior resistência à insulina periférica, redução de marcadores pró-inflamatórios e aumento da defesa antioxidante (que combate os radi-



Nutricionista Ângela Giovana Batista mostra jabuticabas e o jambo-vermelho que são objeto de seu estudo

cais livres do organismo). Todos esses parâmetros estão associados com a prevenção de diabetes tipo 2 – um problema de saúde pública de grande escala no Brasil e no mundo”, explicou a nutricionista.

Os pesquisadores investigaram, ainda, o papel da jabuticaba e do jambo na memória dos animais. “No início das pesquisas, observamos que o hipocampo, que comanda a memória e o aprendizado (e uma das primeiras regiões do cérebro a ser afetada quando a

doença de Alzheimer se inicia), sofria dano oxidativo devido à alta produção de radicais livres após o consumo de dieta gordurosa, além de não responder de forma adequada à sinalização da insulina nas células, promovendo a fosforilação de uma proteína chamada Tau.”

Quando isso acontece, os neurônios perdem suas conexões e sinapses, ficando impedidos de executar tarefas de acesso e aquisição da memória. “A suplementação da dieta

gordurosa com ambas as frutas não só prevenia esse dano, como aumentava a sensibilidade à insulina, evitando a formação de marcadores do Alzheimer como a fosforilação da Tau”, explicou a pesquisadora.

Os animais foram submetidos ao teste conhecido como “labirinto aquático de Morris”. Durante cinco dias, foram treinados a encontrar uma plataforma escondida numa piscina. “No último dia, a plataforma foi retirada. Ao procurá-la, os animais que não receberam

“O jambo é uma fruta que não conhecíamos e que decidimos investigar por não haver nenhum relato na literatura sobre seus efeitos.”

ÂNGELA GIOVANA BATISTA
Nutricionista e pesquisadora

o suplemento na dieta nadavam a esmo, enquanto os que consumiram jambo e casca de jabuticaba nadavam exatamente no local onde estava a plataforma”, completou Ângela.

Novos estudos

Pesquisadores da **Unicamp** estão trabalhando para incorporar essas frutas vermelhas em produtos que cheguem rapidamente ao consumidor. “Já investigamos, por exemplo, os efeitos do chá da casca de jabuticaba e também em barra de cereais. Começamos a divulgar os nossos estudos com essa fruta em 2012 e, não sei se por coincidência, chegam notícias da utilização de sua casca para a produção de farinhas, sucos, iogurtes e sorvetes. Mas é importante salientar que tais produtos, quando viabilizados, têm efeito preventivo e não curativo”, afirmou ao JU.

Antonio Scarpinetti/Ascom-Unicamp