

Vitamina A para a África

MARIA ALICE DA CRUZ
halice@unicamp.br

A Unicamp passou a integrar um programa que mobiliza sete países africanos para reduzir a desnutrição provocada pela deficiência de vitamina A na infância por meio do consumo de batata-doce alaranjada. Mundialmente conhecido como "Vitamin A Partnership for Africa", o programa recebe a assessoria científica da professora filipina Délia Rodriguez-Amaya, da Faculdade de Engenharia de Alimentos (FEA), reconhecida como uma das maiores especialistas em carotenóides do mundo. O "Vitamin A" foi idealizado por um grupo de 70 agricultores, agentes de saúde e nutricionistas que se uniram para combater as trágicas consequências – entre elas a desnutrição, a cegueira e a morte – que a deficiência de vitamina A tem causado a crianças do leste e do sul do continente africano. Etiópia, Quênia, África do Sul, Tanzânia, Uganda, Gana e Moçambique são os países da África beneficiados pelo projeto assessorado pela professora do Laboratório de Carotenóides da

Unicamp. Atualmente, ele é conduzido por um comitê formado por várias instituições civis e públicas e por órgãos de âmbito internacional como o Centro Internacional de Batata (CIP) e o Centro Internacional de Pesquisa sobre Mulher.

O papel da professora da Unicamp no "Vitamin A Partnership for Africa" é de suma importância, pois, a partir de seus estudos, são adquiridas todas as informações sobre utilização de betacaroteno em batatas-doces a ser oferecidas à população. Rica em betacaroteno, a batata alaranjada é esperança no tratamento de 30 milhões de crianças africanas na faixa etária de 0 a 6 anos, de acordo com estudos do International Potato Center (Centro Internacional de Batata) e da Michigan State University. Segundo

Grupo se une para combater as trágicas consequências da falta de vitamina A

a pesquisadora da Unicamp, no momento, as crianças africanas suprem a taxa de vitamina A por meio de cápsulas. Além de oferecer uma aparência saudável à pele, o excedente da vitamina A fortalece o sistema de defesa. Ao descobrir essa propriedade na batata-doce alaranjada, os africanos começaram a estimular a produção em escala do tubérculo.

Segundo Délia Amaya, mais de 600 carotenóides já foram isolados e caracterizados. Esses componentes são responsáveis pela coloração de frutas, folhas, legumes, crustáceos, além de ser utilizados como aditivo para colorir produtos da indústria alimentícia. Mas esses componentes vêm sendo estudados quanto a suas propriedades benéficas à saúde. O mais conhecido deles, que está presente em quase todos os vegetais carotenogênicos, é o betacaroteno,

Universidade presta assessoria científica a programa de combate à desnutrição em países africanos

que, ao ser ingerido, transforma-se em vitamina A. Esta é uma das três deficiências que estão sendo combatidas no mundo todo, lideradas pela OMS. As outras são as de ferro e iodo.

A eficiência nas informações sobre carotenóides prestadas pela Unicamp quanto a estruturas, propriedades químicas, quantidades em cada alimento pesquisado, degradação em processamento e estocagem de alimentos é tão reconhecida que dois livros de autoria de Délia Rodriguez-Amaya, Carotenoids and Food Preparation e A Guide to Carotenoid Analysis in Foods, ambos publicados em Washington DC, são leitura obrigatória em laboratórios nacionais e internacionais destinados ao estudo dos componentes. Buriti, a fonte mais rica de betacaroteno entre todas já analisadas no laboratório da Unicamp, foi utilizado em um programa de combate à deficiência em vitamina A coordenado pela Universidade Federal da Paraíba.

A professora Délia Rodriguez-Amaya: mais de 600 carotenóides isolados

Um celeiro de carotenóides

O Brasil é o solo mais generoso em produção de carotenóides no mundo. A professora Délia Rodriguez-Amaya listou e estudou mais de 60 fontes de saúde – entre frutas, legumes, flores e folhas – nascidas no País e garante: "Cientistas internacionais ficam maravilhados de ver quantos produtos ricos em carotenóides existem aqui". Desde 1987, os estudos sobre carotenóides coordenados pela professora Délia em seu laboratório, na FEA, tornaram-se referência para instituições do mundo todo. "A Unicamp é referência internacional na área de carotenóides em alimentos", revela.

O pequeno mas bem-equipado laboratório é o centro de informações sobre esses compostos naturais. O banco de dados elaborado pela professora Délia é pesquisado e enviado a profissionais das áreas de ciência e saúde do mundo todo para servir como base a estudos epidemiológicos, inquéritos alimentares, programas e pesquisas para verificar a existência e combater a hipovitaminose A e prevenir doenças degenerativas. A professora já recebeu bolsistas e visitantes da França, da Alemanha, do Chile e da Argentina. Atualmente, orienta uma pesquisadora do Sri Lanka e outra das Filipinas.

Fotos: Neldo Cantanti



Antioxidantes naturais protegem o organismo

Num passado não tão distante, os alimentos eram tidos somente como fontes de substâncias essenciais para o preenchimento dos requisitos nutricionais básicos. Hoje há uma percepção que eles oferecem muito mais", avalia Délia. Ela garante que os carotenóides deixaram de ser apreciados apenas pela atividade pró-vitamínica A. Frutas ricas em licopeno, como a goiaba vermelha, a melancia, o tomate, o mamão vermelho e a pitanga podem ter importante contribuição no combate a doenças degenerativas como câncer, doenças cardiovasculares e cataratas. Segundo Délia, o licopeno e outros carotenóides são considerados antioxidantes naturais que protegem o organismo de oxigênio singlete e radicais livres, agressivos às células.

O licopeno está entre os seis componentes que têm ação comprovada em relação à saúde. Os outros cinco são betacaroteno, luteína, zeaxantina, alfacaroteno e beta-criptoxantina. A luteína e a zeaxantina estão em evidência no momento por serem correlacionadas com diminuição do risco de degeneração macular (cegueira de

idosos). Segundo a pesquisadora, as evidências científicas fortemente apóiam o consumo de verduras e frutas que contêm fitoquímicos bioativos, entre eles os carotenóides. Porém, a pesquisadora adverte sobre o consumo de cápsulas de carotenóide. "Tudo o que é usado em demasia é prejudicial. Nos alimentos, os carotenóides agem com outros componentes necessários ao organismo como a vitamina C, a vitamina E e os flavonóides", alerta.

O trabalho realizado por Délia Rodriguez-Amaya e sua equipe vai além do desenvolvimento de métodos analíticos e da análise propriamente dita para saber quais alimentos contêm carotenóides.

Se associados a programas da área de saúde podem auxiliar na prevenção de doenças e até no combate aos índices de mortalidade. "O Brasil é o país que tem o maior banco de dados sobre carotenóides em alimentos. Ele tem a vantagem em ter uma grande variedade de fontes para esses carotenóides, enquanto outros países, inclusive os mais ricos, têm apenas algumas fontes," revela.

