

Título - Dieta revelada na ponta dos dedos

Data de Veiculacao 04/01/2014

Veiculo: Correio Braziliense - /

Editora: Ciencia - **Pagina:** 1

Ciência

16 • CORREIO BRAZILIENSE • Brasília, sábado, 4 de janeiro de 2014

Editora: Ana Paula Macedo
anapaula.dfg@abr.com.br
3214-1195 • 3214-1172 /
fax: 3214-1155



Dieta revelada na ponta dos dedos

Método criado no Brasil mostra o padrão alimentar de uma pessoa nos últimos seis meses a partir da análise de um pequeno pedaço de unha

» VILHENA SOARES

Você sabia que sua unha contém informações referentes ao que você comeu nos últimos seis meses? Graças a um método desenvolvido por pesquisadores da Universidade de São Paulo (USP), a análise de um pequeno pedaço da lâmina que recobre a ponta dos dedos consegue decifrar boa parte dos alimentos ingeridos pelo organismo. A técnica ainda está no começo do seu desenvolvimento, mas, futuramente, poderá auxiliar exames e monitoramento de dietas, além de ajudar a fazer comparativos nutricionais de diferentes populações.

Luiz Antonio Martinelli, professor do Laboratório de Ecologia Isotópica do Centro de Energia Nuclear na Agricultura (CENA), explica que o projeto surgiu de uma conversa com uma colega estrangeira. "Leciono uma disciplina sobre isotópos estáveis e, ao conversar com uma professora americana que também trabalha com esse tipo de pesquisa, tive a ideia de fazer esse trabalho, com o objetivo de comparar a dieta dos americanos com a dos brasileiros", conta.

O professor também explica que métodos semelhantes já existiam, mas a ideia de utilizar a unha é uma inovação,

que surge como uma alternativa para avaliar um período maior de tempo. "Esse trabalho é feito há alguns anos. Usamos essa análise para avaliar solos e plantas ou a quantidade de milho usada na fabricação de cervejas", exemplifica. "Escolhemos a unha porque ela contém muita informação e é muito fácil de colher uma amostra", completa.

Para fazer a avaliação, um pedaço de unha é colhido e passa por uma limpeza cuidadosa em laboratório. Ele, então, é colocado em uma cápsula e levado para um aparelho chamado espectrômetro de massas, que realiza uma queima da amostra. "Com o material queimado, analisamos a quantidade de CO₂ e nitrogênio. Com essas medidas, temos a razão isotópica", diz Martinelli. "Com essa razão, conseguimos fazer uma interpretação e discriminar, por exemplo, a quantidade de proteína animal e de cereais e determinar os níveis de alimentação da pessoa."

Diferenças sociais

Ao colocar o projeto em prática, o pesquisador realizou um experimento inicial com moradores da cidade de Piracicaba (SP), comparando amostras colhidas de 273 voluntários de diferentes



Já trabalhamos com nutricionistas e podemos adaptar a metodologia. Não sairia caro, cerca de R\$ 60 a R\$ 70 por amostra. No entanto, nosso objetivo principal é descobrir mais sobre a dieta dos brasileiros"

Luiz Antonio Martinelli,
coautor da técnica

grupos sociais. "Notamos que as classes mais altas tiveram uma ingestão de proteína animal maior do que as menores, o que achamos até um pouco fora do esperado, já que, hoje em dia, as pessoas de classes altas buscam dietas que têm menos carne", declara.

O cientista acredita que o método pode melhorar as análises nutricionais comparativas realizadas atualmente.

"Temos exemplos de estudos que ilustram as diferenças de padrões alimentares em diferentes níveis socioeconômicos. O que fazemos possui a vantagem de oferecer um método científico bem mais preciso", justifica.

Ele pretende, agora, realizar análises em pessoas de todas as regiões do país e traçar um panorama maior da dieta nas diferentes regiões brasileiras. "Nosso objetivo é saber quais as diferenças entre essas populações e assim comparar hábitos alimentares", declara. Martinelli também acredita que o exame feito com a unha pode auxiliar o trabalho de nutricionistas e complementar exames. "Acho que esse método pode ajudar. Já trabalhamos com nutricionistas e podemos adaptar a metodologia. Não sairia caro, cerca de R\$ 60 a R\$ 70 por amostra. No entanto, nosso objetivo principal é descobrir mais sobre a dieta dos brasileiros", destaca.

Sinais

Para Murilo Pereira, nutricionista e professor do Centro Universitário Iesb de Brasília, a técnica desenvolvida pela equipe da USP complementa procedimentos que já existem, oferecendo dados mais completos e exatos de análise

nutricional. "Esse método é bastante inovador, e o resultado obtido complementa técnicas anteriores, que somente apontam a quantidade de vitaminas e minerais. Com esse, temos a quantidade de proteínas e de lipídios, que são importantes", avalia.

Pereira explica que a unha é uma fonte de dados já conhecida por deixar "rastros" de como anda a alimentação humana. "Sabemos que, quando a unha tem manchas brancas, isso aponta uma possível deficiência em zinco. Rachaduras no sentido horizontal também indicam uma diminuição de minerais. Esses são sinais que podemos interpretar somente a olho nu. Mas uma análise como essa impressiona por trazer dados mais exatos e por tanto tempo", declara.

O nutricionista vê também uma possibilidade de uso da nova técnica em consultório. "Pode nos ajudar sim, mas em um contexto, com outros exames que nos ajudem a manter o controle do que o paciente está ingerindo. Até porque podemos confundir muitas dessas substâncias, que são encontradas em alimentos diversos. Teríamos que ter cuidado nessa análise, mas ainda assim seria interessante saber o histórico desse paciente nos seis meses passados", complementa.