



## Prato de Ciência - Petiscos

### Pesquisa em obesidade com Jabuticaba: Buscando voluntários

Marina Vilar

**MARINA:** Se você é uma pessoa atenta, já deve ter reparado, ou ao menos ouvido falar, que o número de pessoas com obesidade vem aumentando. Segundo o Ministério da Saúde, no ano de 2006 a prevalência da obesidade na população brasileira era de 11,8% e subiu para 20,3% em 2019. Além disso, mais de 55% dos brasileiros estão acima do peso considerado ideal. A obesidade é um grande problema de saúde pública e também é o foco da minha pesquisa de doutorado. Fica aqui comigo durante os próximos 3 minutos que talvez você possa me ajudar nesse trabalho.

#### VINHETA

**MARINA:** Olá ouvinte do “Prato de Ciência”, este é o quadro Petiscos e eu sou a Marina Vilar, doutoranda do programa de Alimentos e Nutrição da FEA-UNICAMP, orientada pelo Prof. Mário Maróstica com coorientação do Dr. Bruno Geloneze .

Em muitos casos, a obesidade está relacionada com alterações na composição das bactérias que vivem no nosso intestino e também com mudanças nos níveis de açúcares, lipídios e radicais livres no sangue. Este cenário é um ambiente que favorece o aparecimento de doenças crônicas não transmissíveis como a diabetes, hipertensão e até diferentes tipos de câncer. Este assunto já foi tema aqui no podcast, no episódio 2, Doenças crônicas não transmissíveis. Se quiser entender um pouco mais, é só voltar lá e escutar.

Por outro lado, já se sabe que uma alimentação saudável, rica em frutas e hortaliças, pode contribuir para modular caminhos do nosso metabolismo que podem estar associados à obesidade e reduzir o risco dessas doenças, já que esses alimentos são fontes de fibras e compostos bioativos. A jabuticaba é uma fruta nativa brasileira rica em compostos bioativos como antocianinas e flavonóides, e que estão presentes principalmente em sua casca. A ideia da minha pesquisa é avaliar se o consumo de um suplemento feito com a casca da jabuticaba promove alguma alteração em diferentes parâmetros do metabolismo de indivíduos com excesso de peso corporal.

Então, lembra que eu falei que talvez você pudesse me ajudar? É que a minha pesquisa está na fase de recrutamento e seleção de voluntários. Para participar você tem que estar na faixa etária de 20 e 60 anos, ter índice de massa corporal, O IMC, de 27 a 40. Para calcular o IMC é fácil, é só dividir o seu peso em kg pela altura ao quadrado (em metros). Também não pode ser fumante, não estar gestante ou amamentando, e nem ter doenças como câncer, doença do coração, rins, fígado e diabetes.

Aqueles que cumprirem os critérios e forem selecionados vão passar por uma avaliação do estado de saúde, que inclui algumas análises simples, como determinação da gordura corporal e massa muscular, medidas de circunferências corporais e pressão arterial, exames de sangue e também responder alguns questionários sobre a sua saúde. As avaliações serão realizadas no Laboratório de Investigação em Metabolismo e Diabetes (LIMED), que fica no Gastrocentro da UNICAMP.

Gostou da ideia? Quer participar ou conhece alguém que possa se interessar? Então entre em contato comigo! O meu telefone e e-mail estão aqui na descrição do episódio! Vem ser um voluntário e ajudar a fazer ciência.



## **Prato de Ciência - Petiscos**

**Pesquisa em obesidade com Jabuticaba: Buscando voluntários**

**Marina Vilar**

Obrigada por ouvir até aqui! E não se esqueça de curtir e compartilhar o prato de ciência com os amigos.