

Simpósio de Integração Acadêmica

“Ciências Básicas para o Desenvolvimento Sustentável”

SIA UFV 2023



A saúde cerebral pela perspectiva do aporte de ácidos linoleicos conjugados (CLA) na alimentação: uma reflexão sobre sua aplicação no ensino

Julia Lourenço Figueiredo Felicore (julia.felicore@ufv.br)¹, Ana Íris Mendes Coelho (Orientadora - aicoelho@ufv.br)², Maria Teresa Fialho Campos de Sousa (coorientadora - mtcampos@ufv.br)², Joice Luiza Cavoli da Silva (joicecavoli@hotmail.com)³.

1. Estudante do Departamento de Nutrição e Saúde da Universidade Federal de Viçosa (UFV); 2. Professoras do Departamento de Nutrição e Saúde da UFV, Campus Viçosa-MG; 3. Nutricionista graduada na UFV, Campus Viçosa-MG.

Ácidos linoleicos conjugados, Saúde cerebral, Nutrição

Introdução

Os efeitos benéficos dos ácidos linoleicos conjugados (CLA) na saúde cerebral humana têm sido reportados em estudos^{1,2}. Dado que esses ácidos graxos possuem atividade imunomoduladora, inibem a angiogênese no cérebro de mamíferos e atuam na regulação na produção de prostaglandinas³. Os CLA são produzidos naturalmente por animais ruminantes, encontrados nas gorduras do leite e em outros produtos alimentícios. Trabalhar conteúdos associados ao consumo alimentar com benefícios para a saúde cerebral que instigam a curiosidade do discente de graduação em nutrição por leituras, mais criteriosas, sobre o assunto, favorecem espaços de diálogos, debates e reflexões sobre condutas nutricionais que sejam aplicáveis à saúde humana.

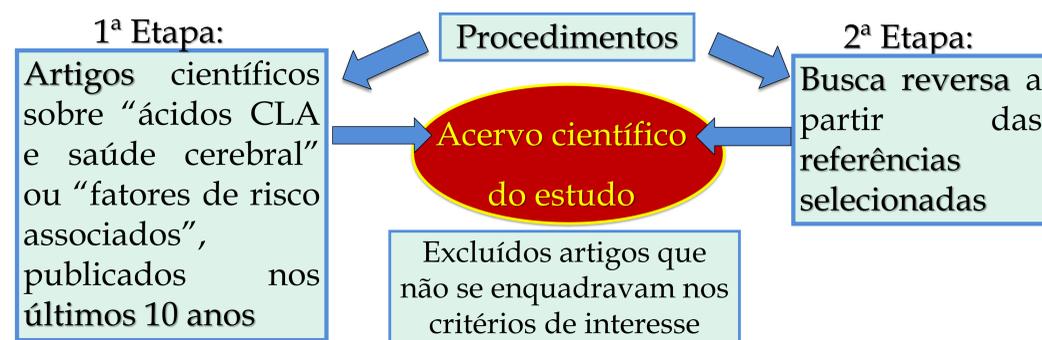
Objetivos

Apresentar o potencial do uso dos isômeros CLA Cis 9 Trans 11 na saúde cerebral, enfatizando os seus benefícios e o teor encontrado nos alimentos, na perspectiva de sua aplicabilidade na formação acadêmica do nutricionista.

Material e Método

Estudo de revisão narrativa, ancorado em dois procedimentos de seleção do acervo científico (Figura 1):

Figura 1: Procedimentos adotados para seleção do acervo do estudo.



Os efeitos do CLA na saúde cerebral foram organizados em eixos temáticos e os alimentos fonte foram agrupados em ordem crescente de teor desse ácido graxo para favorecer discussões e/ou debates, em sala de aula, com os discentes, com ênfase na nutrição cerebral.

Resultados e Discussão

- Em alimentos de origem animal, os valores médios do teor de CLA relatados variou de 0,3 a 20,8 mg/g de gordura, incluindo diferentes tipos de carnes e leite, além de alimentos fermentados como iogurte e leite fermentado.
 - Nos alimentos, tem sido identificado maior proporção do isômero Trans-9 Cis-11 em relação ao Trans-10 Cis-12.
- ↓
- Isso é potencialmente interessante para a nutrição, dado que o isômero que se encontra em menor proporção nos alimentos se associou a alguns efeitos indesejáveis em modelos animais.

Conclusões

Os benefícios atribuídos à ingestão de CLA são indicativos para o nutricionista ponderar a escolha de alimentos fonte dentro do hábito alimentar do paciente, associada a outras estratégias dietéticas, para assegurar respostas benéficas na homeostase cerebral. Na perspectiva da formação acadêmica, os resultados deste estudo fornecem subsídios para ampliar a abordagem sobre o CLA nas condutas nutricionais direcionadas à saúde cerebral.

Bibliografia

- DERAKHSHANDEH-RISHEHRI SM, Rahbar AR, Ostovar A. Effects of Conjugated Linoleic Acid Intake in the Form of Dietary Supplement or Enriched Food on C-Reactive Protein and Lipoprotein (a) Levels in Humans: A Literature Review and Meta-Analysis. Iran J Med Sci. 2019 Sep;44(5):359-373.
- MURRU E, Carta G, Manca C, Sogos V, Pistis M, Melis M, Banni S. Conjugated Linoleic Acid and Brain Metabolism: A Possible Anti-Neuroinflammatory Role Mediated by PPAR α Activation. Front Pharmacol. 2021 Jan 8;11:587140
- KIM, J. H.; Kim, Y.; Kim, Y. J.; Park, Yeonhwa. Conjugated linoleic acid: potential health benefits as a functional food ingredient. Annual Review of Food Science and Technology, 2015. 1-29

Agradecimentos

À equipe envolvida desde a elaboração do TCC sobre o tema até a divulgação neste evento da UFV.