

MEDICINA ORTOMOLECULAR

Doses de Seriedade

Quem acha que tudo o que diz respeito à Medicina Ortomolecular é bobagem ou se limita às promessas tolas de juventude eterna está enganado. Existem pesquisadores realizando estudos da pesada nessa área, para resolver problemas cardíacos e ajudar no tratamento da Aids.

É inegável: as chamadas terapias ortomoleculares ainda despertam polêmica. Para muitos médicos da linha ortodoxa, as vitaminas e os sais minerais não passam de reguladores, ainda que importantes, de várias funções orgânicas. Novas pesquisas, no entanto, estão fazendo a balança pender para o lado dos especialistas que empregam complexos multivitamínicos para prevenir doenças. Recentemente, estudos realizados por instituições sérias, como a Universidade de São Paulo, sugeriram que medidas clássicas, como diminuir a gordura presente na dieta, podem não ser suficientes para impedir um futuro infarto. Nada adianta se os famigerados radicais livres não estiverem sob controle – e essa é uma tecla que os ortomoleculares vêm tocando há tempos.

Gente magérrima e com taxa de colesterol abaixo do limite de cerca de 200 miligramas por decilitro de sangue pode padecer de perigosas obstruções no coração. “Hoje se sabe que o principal problema não é ter colesterol elevado, mas sim tê-lo oxidado. Isso altera sua estrutura e faz com que ele se deposite na artéria”, explica o cardiologista Ronaldo Leão Abud, presidente da Sociedade Brasileira de Medicina Ortomolecular.

Experiências provam que em algumas pessoas o colesterol fica rançoso mais rápido. Um dos prováveis motivos é o estoque baixo de micronutrientes, especialmente da vitamina E. O próximo passo, que deve ser dado em breve por pesquisadores da Universidade de São Paulo, é checar se a suplementação com vitaminas C, E e betacaroteno (um precursor da vitamina A), é realmente eficaz contra o bloqueio das artérias pela gordura rançosa. Tática que, embora ainda sem o aval total da ciência, já é recomendada na prática por muitos cardiologistas.

Reforço útil

Alguns cuidados alimentares garantem a matéria-prima para o organismo produzir suas defesas antioxidantes. Minerais como cobre, zinco e manganês são encontrados nos vegetais e formam a enzima superóxido dismutase, fabricada para anular os radicais nocivos, que atacam a gordura no sangue. Outro mineral recomendado é o selênio – componente de uma segunda enzima antioxidante, a glutatona. De acordo com a bioquímica Silvia Cozzolino, da Faculdade de Ciências Farmacêuticas da Universidade de São Paulo, “basta uma castanha-do-pará por dia para suprir a cota diária”.

Pacote conta o HIV

Outro estudo recente apontou que os portadores do vírus da Aids estão menos protegidos contra a ação dos radicais livres do que os indivíduos que não foram infectados. Essa fragilidade talvez explique porque, entre eles, alguns desenvolvem os sintomas da doença mais depressa. “A perda das defesas antioxidantes produzidas pelo corpo, mais rápida em uma do que em outros, pode ser a resposta”, opina a pesquisadora Dulcinéia Parra Abdalla, da Faculdade de Ciências Farmacêuticas da Universidade de São Paulo.

Em uma pesquisa pioneira, o bioquímico Arício Treitinger, professor da Faculdade de Farmácia da Universidade Federal de Santa Catarina, analisou um grupo de 101 indivíduos – 75 deles infectados pelo HIV nos estágios iniciais da doença e 26 sem o vírus. Treitinger constatou que, quanto mais evoluídas estavam as infecções no portador do vírus da Aids, menores eram suas defesas antioxidantes. Baseados

nesse estudo, pesquisadores da Universidade de São Paulo iniciaram (1999) o primeiro teste brasileiro sobre o uso de suplementos em portadores assintomáticos da doença. Eles receberão vitaminas C e E e a N-acetilcisteína, um aminoácido que poderia deter a multiplicação do vírus. “Vamos acompanhá-los para verificar se os suplementos são capazes de retardar a doença”, explica a professora Dulcinéia. “É sempre importante ressaltar que essa terapia, em hipótese nenhuma, deve substituir os tratamentos convencionais com antivirais”, salienta a pesquisadora.

Velhos indefesos

Outra pesquisa recém-divulgada é na área da geriatria. “Os resultados preliminares do nosso estudo já permitem antever que mesmo idosos bem alimentados podem não estar obtendo da comida todos os nutrientes necessários”, conta o geriatra Luiz Roberto Ramos, do Centro de Estudos do Envelhecimento da Universidade Federal de São Paulo. “Quanto mais o organismo envelhece, maiores são suas necessidades de vitaminas e minerais”, enfatiza. Ainda é cedo, mas talvez a confirmação de dados como esse mostre que a terceira idade deve receber esses aditivos da mesma forma rotineira com que os bebês tomam diariamente suas gotinhas de vitaminas.