Substituto da manteiga reduz pressão arterial e colesterol

Química

Enviado por: lenawb@seed.pr.gov.br
Postado em:14/03/2012

Uma pasta alimentar contendo peptídeos do leite e esteróis de plantas baixa a pressão sanguínea e os níveis do colesterol ruim, o LDL.

Cientistas finlandeses constataram que uma pasta alimentar - uma espécie de margarina - contendo peptídeos do leite e esteróis de plantas consegue baixar a pressão sanguínea e os níveis do colesterol ruim, o LDL. Os peptídeos do leite - compostos formados por dois ou mais aminoácidos - têm um efeito anti-hipertensivo ao inibir um regulador da pressão sanguínea chamado angiotensina. Já os esteróis dos vegetais - uma espécie de álcool - são conhecidos por seus efeitos de baixar os níveis do LDL (Low Density Lipoprotein, lipoproteína de baixa densidade). Jeito fácil Anu Turpeinen e seus colegas da Universidade de Helsinque afirmam que a diluição desses compostos - em margarinas ou "pastas" destinadas a substituir a manteiga - oferece uma opção mais econômica e de mais fácil adoção para melhorar a saúde, sem grandes alterações de estilo de vida e hábitos de consumo. "Os resultados sugerem que os peptídeos do leite IPP e VPP, e os esteróis de plantas, em uma matriz de baixo teor de gordura, induz uma redução clinicamente significativa na pressão arterial sistólica, bem como no soro total e no colesterol LDL, sem efeitos adversos," escrevem eles. Alerta O grande alerta, na verdade, está na expressão "matriz de baixo teor de gordura". Ou seja, se os peptídeos e os esteróis forem incluídos e incentivarem o uso excessivo de margarinas ou outros produtos que contenham gordura, os "efeitos adversos" poderão vir na forma de ganho de peso. O estudo foi publicado na revista científica Food & Function. Esta notícia foi publicada em 12/03/2012 no sítio Diário da Saúde. Todas as informações nela contida são de responsabilidade do autor.