

ESTUDO INÉDITO APRESENTA RESULTADOS PARA AJUDAR A SUPERAR A SARCOPENIA

A perda de massa muscular associada ao envelhecimento pode ser reduzida com o consumo de combinação de proteínas da soja e do leite.

À medida que envelhecemos, a sarcopenia (perda da força e da massa muscular) é um indicador de mortalidade prematura. Sabe-se que, entre os 50 e 60 anos de idade, há redução da massa muscular a uma taxa anual de 1% a 2% e, após os 60 anos, essa perda atinge 3%. Diversas pesquisas com o objetivo de identificar a causa e possíveis terapias ou medidas preventivas estão em andamento. Um estudo recente¹, realizado com homens de 55 a 75 anos, foi concluído na Faculdade de Medicina da Universidade do Texas (UTMB, sigla em inglês), em parceria com a DuPont Nutrition & Health e publicado no Journal of Nutrition.

Os exercícios e alimentação são fatores importantes para a manutenção da saúde muscular, mas pesquisadores descobriram recentemente que a resposta a cada um desses fatores é reduzida à medida que envelhecemos. Um recente ensaio clínico, randomizado e controlado, comparou a resposta relacionada ao consumo de duas bebidas que forneciam fontes diferentes de proteína de alta qualidade, consumidas uma hora após intensos exercícios de resistência. Este é o primeiro estudo a investigar o metabolismo da proteína muscular em indivíduos idosos, em resposta ao consumo de uma combinação de proteínas.

O estudo comparou a resposta de dois tipos de bebidas proteicas: uma continha a combinação de proteína do leite e da soja (25% de proteína isolada de soja DuPont™ Danisco® SUPRO®, 50% de caseinato, 25% de proteína isolada do soro de leite “whey protein”) e a outra bebida continha apenas uma fonte de



proteína (proteína isolada do soro de leite). Foram realizadas biópsias dos músculos em descanso (antes dos exercícios), e após 5 horas de exercícios de resistência, para monitorar a degradação e a síntese do tecido muscular usando métodos específicos. A combinação de proteínas do leite e da soja induziu o fornecimento de aminoácidos ao tecido muscular, a síntese de proteína muscular e ativou uma via conhecida que inicia o “turnover” - processo de renovação da proteína muscular. Esses resultados foram similares em adultos que consumiram 30g de proteína (proteína do soro do leite ou combinação de proteínas da soja e do leite) após os exercícios. Portanto, de acordo com o estudo, podemos concluir que os dois tipos de bebidas apresentaram resultados semelhantes.

“Nossos dados fornecem suporte adicional para intervenções nutricionais com o objetivo de superar uma condição crítica da velhice, a chamada resistência anabólica, para combater a sarcopenia”, disse Blake B. Rasmussen, Ph.D., chefe do departamento de Nutrição e Metabolismo da Faculdade de Medicina da Universidade do Texas e pesquisador responsável pelo estudo. “A pesquisa realizada tanto com indivíduos jovens quanto mais velhos demonstra a importância do fornecimento do aminoácido leucina para promover a sinalização anabólica e a síntese de proteínas do músculo esquelético. Nesse estudo, os dois grupos não foram comparados com relação ao teor de leucina, mas os dois grupos receberam uma quantidade de leucina suficiente para exceder o limite mínimo de forma a

alterar o processo de renovação de proteína para um estado anabólico”.

O resultado desse estudo melhora o nosso entendimento sobre a resposta da população idosa a medidas preventivas, alimentação adequada e exercícios de resistência. A semelhança entre os dois grupos de tratamento com proteína para síntese de proteína muscular e sinalização de mTORC1 demonstra o papel do consumo de proteínas de alta qualidade para a prevenção de condições associadas ao envelhecimento. Esse segmento representa uma parcela significativa

e cada vez maior da população, com demanda crescente em suas necessidades específicas.

“Estima-se que a sarcopenia afete 30% dos indivíduos acima de 60 anos e mais de 50% das pessoas com mais de 80 anos, com consequências significativas na qualidade de vida desses indivíduos e contribuindo substancialmente para os gastos com serviços de saúde”, disse Jean Heggie, diretora de Marketing Estratégico da DuPont Nutrition & Health. “Treino de resistência e alimentação adequada, com foco em proteína de alta qualidade, são, sem dúvida, parte da solução. Proteínas magras de alta qualidade, como a soja, terão um importante papel nas soluções nutricionais para esses consumidores”.

A proteína de soja SUPRO®, que faz parte da linha de produtos DuPont™ Danisco®, foi estudada extensivamente quanto aos seus benefícios para a saúde cardiovascular. Novas evidências estão surgindo com relação à capacidade da soja de auxiliar em outros problemas de saúde do idoso, incluindo os relacionados aos rins e ao fígado.

A DuPont Nutrition & Health combina um profundo conhecimento em alimentos e nutrição com investimento em pesquisa e ciência com o objetivo de entregar um valor inigualável às indústrias de alimentos, bebidas e suplementos alimentares. Desenvolve soluções inovadoras, baseadas no conhecimento dos consumidores e em um amplo portfólio de produtos para ajudar seus clientes a transformar os desafios em oportunidades de negócios.

¹ Projeto subsidiado pela DuPont Nutrição & Saúde com o auxílio do NIH R01-AR49877, T32-HD07539, NIDRR H133P110012 e, em parte, do NIH Clinical and Translational Science Award (Prêmio de Ciência Clínica e Translacional) UL1TR000071 do National Center for Advancing Translational Sciences.



Dupont Nutrition & Health
Tel.: (11) 4613-3800
food.dupont.com

