

BENEFÍCIOS DO CONSUMO DIÁRIO DE LARANJA NA PREVENÇÃO E TRATAMENTO DA OBESIDADE EM RATAS WISTAR

MAXIMIANO, Jaqueline Junia (jaqueline.junia@gmail.com)¹, PEREIRA, Marlise Torres (marlisetorres@gmail.com)²

¹ Graduando do curso de Nutrição do Centro Universitário de Patos de Minas

² Nutricionista, pós-graduada em Nutrição Clínica, professora do curso de Nutrição do Centro Universitário de Patos de Minas.

Introdução e objetivos: Tanto em homens como em mulheres, as conseqüências do excesso de peso são um aumento da incidência de doenças não-transmissíveis, incluindo diabetes mellitus, doenças cardiovasculares, hipertensão, acidente vascular cerebral e certas formas do câncer (GIGANTE, 2008). As conseqüências para a saúde variam de um risco aumentado de morte prematura à convivência com condições crônicas sérias, que reduzem a qualidade de vida do obeso (DONATO *et. al.*, 2004). O consumo de laranja aumenta a quantidade de substâncias no organismo humano que auxiliam na proteção contra o desenvolvimento de doenças cardiovasculares (MARTINS, 2008). Várias pesquisas financiadas pela Associação Laranja Brasil (ABCECITRUS, 2006) comprovam a eficácia da fruta. O conjunto dos componentes presentes no suco age com uma combinação de seus fatores proporcionando um resultado benéfico na sua ingestão (GARCIA; BONIFÁCIO; VENDRAMINE, 2008). Neste contexto, o presente trabalho objetivou discutir o papel da laranja no controle ou prevenção da obesidade, analisando sua importância na alimentação habitual.

Metodologia: Para o desenvolvimento da pesquisa, realizou-se um experimento no Biotério do Centro Universitário de Patos de Minas - MG (UNIPAM), previamente aprovado pelo comitê de ética, com o número de protocolo 14308, onde se analisou o potencial da laranja e seus benefícios contra a obesidade em um grupo de ratas albinas Wistar (*Rattus norvegicus albinus*), fêmeas adultas. Foram formados dois grupos, composto por oito ratas eutróficas, que receberam 15g/dia de ração industrializada e água, com o objetivo de mantê-las em eutrofia; e um grupo de oito ratas eutróficas, que foram induzidas ao ganho excessivo de peso com a mesma ração industrial, porém adicionada de gordura, sendo ofertada a livre demanda e água. Após esta etapa, os grupos foram subdivididos em grupo 1, composto por quatro ratas eutróficas, oferecendo ração ideal a livre demanda e água; grupo 2, com quatro eutróficas, 10 gramas/dia do gomo da laranja, ração ideal a livre demanda e água; grupo 3, com quatro ratas obesas, 10 gramas/dia do gomo da laranja, ração ideal a livre demanda e água; grupo 4, com quatro obesas, ração ideal a livre demanda e água. Os animais foram colocados em gaiolas individualizadas e o acompanhamento da alimentação das ratas foi diário, podendo-se observar o consumo da laranja e sua aceitação. A laranja foi oferecida em gomos, aumentando assim a vida útil dos seus nutrientes. As ratas foram inicialmente pesadas e, após o início da ingestão dos gomos de laranja, foram realizadas mais duas aferições do peso, e outra no final do experimento. Estas pesagens foram realizadas em intervalos equivalentes a sete dias. Após quatro semanas de alimentação enriquecida com os gomos da laranja, foi finalizado o experimento com os resultados de variação de peso de cada rata.

Resultados e discussão

Grupo Controle		Eutróficas com Laranja		Obesas com Laranja		Obesas sem Laranja	
Inicial	Final	Inicial	Final	Inicial	Final	Inicial	Final
252 g	276g	250 g	250 g	309 g	306 g	304 g	307 g
263 g	269g	230 g	228 g	304 g	293 g	308 g	320 g
255,5 g	269,5g	250 g	244 g	320 g	296 g	310 g	310 g
263 g	264 g	250 g	249 g	308 g	305 g	306 g	309 g

Consumo de Laranja - Perda de Peso		Sem consumo de Laranja - Ganho de Peso	
Controle	Obesas	Eutróficas	Obesas
0 g - 0%	3 g - 0,9%	24 g - 9,3%	3 g - 0,9%
2 g - 0,8%	11 g - 3,6%	6 g - 2,2%	12 g - 3,8%
6 g - 2,4%	24 g - 7,5%	14 g - 5,4%	0 g - 0%
1 g - 0,4%	3 g - 0,9%	2 g - 0,7%	14 g - 4,5%

Segundo ROMERO (2008), o consumo da laranja aumenta a quantidade de substâncias no organismo humano que auxiliam na proteção contra o desenvolvimento de doenças não transmissíveis desencadeadas pela obesidade. Mostrando assim a importância da manutenção do peso. De modo geral, a ação desses componentes alimentares, usados de forma isolada, não provoca efeitos satisfatórios na redução do peso, porém podem apresentar efeitos positivos na sua manutenção e na redução do risco de comorbidades ou fatores de risco ligados à obesidade (COSTA, OLIVEIRA, 2008).

Conclusão: O estudo do efeito da laranja associada à obesidade em animais com alimentação suplementada com o gomo da laranja constitui uma estratégia para verificar o efeito sobre a perda de peso com o consumo diário desse alimento funcional. Em oposição à suposição que o suco de laranja leva ao aumento do peso corporal por causa do seu alto conteúdo energético, o consumo de laranja neste estudo, não foi associado com a elevação do peso.