

34º Congresso Brasileiro de Pesquisas Cafeeiras

O BENEFICO DO CONSUMO DE CAFÉ SOBRE A ELEVAÇÃO DOS NÍVEIS DE ÁCIDO ÚRICO DE INDIVÍDUOS ADULTOS ATIVOS E SEDENTÁRIOS*

SM Chalfoun¹, RME Oliveira^{2*}, CJ Pimenta³, MESG Pimenta⁴, DMS Botelho⁵, MC Pereira⁶. 1 - Pesquisadora/Dra. EPAMIG - Empresa de Pesquisa Agropecuária de Minas Gerais – Lavras - MG chalfoun@ufla.br, 2 - Mestranda em Ciência dos Alimentos - Departamento de Ciência dos Alimentos – UFLA, 3 - Professor Adjunto – Departamento de Ciência dos Alimentos – UFLA, 4 – Pesquisadora/Dra. EPAMIG - Empresa de Pesquisa Agropecuária de Minas Gerais – Lavras – MG, 5 - Pesquisador/Dra. EPAMIG - Empresa de Pesquisa Agropecuária de Minas Gerais – Lavras – MG, 6 - Pesquisadora/Dr. EPAMIG - Empresa de Pesquisa Agropecuária de Minas Gerais – Lavras – MG.

A hiperuricemia é o termo aplicado ao estado sangüíneo no qual o ácido úrico inserido no plasma (soro) está acima de 6 mg% nas mulheres e 7 mg% nos homens, costuma ocorrer mais nos homens a partir da puberdade, com maior incidência aos 30-40 anos e, nas mulheres, na menopausa. Em 25%, podem ocorrer sintomas como: gota, artrite, litíase (cálculos renais), doenças renais (nefrite) e formação de depósitos de ácido úrico nos ossos (tofós). O café contém uma grande variedade de macro e micronutrientes e é uma das bebidas mais populares do mundo, e por isso vale a pena considerar a contribuição de seus nutrientes a nossa dieta e bem-estar. A perspectiva para os próximos anos é de um aumento no consumo de café pela população, visto que na atualidade evidências científicas permitem classificar o café como uma planta fitoterápica. Existem várias pesquisas que apontam o café como benéfico para a saúde humana agindo como um estimulador para várias partes do organismo. A cafeína é uma das substâncias mais consumidas em todo o mundo, encontrada em vários alimentos e bebidas. Seu consumo visando efeitos estimuladores data de muitos séculos. No café é um dos constituintes que provoca várias respostas celulares e farmacológicas, como estimulação do sistema nervoso central e do músculo cardíaco, o aumento da diurese e o relaxamento do músculo liso. Além da cafeína, o café contém uma série de outras substâncias, como polímeros fenólicos, ácidos clorogênicos, lipídeos, terpenos que em associação possuem diferentes efeitos biológicos, como ação antioxidante, antimutagênica, antibiótica, antihipercolesterolêmica e antihipertensiva, os benefícios aparentes do café em relação ao ácido úrico podem ser devidos ao potente antioxidante (ácido clorogênico), embora não tenha sido desenvolvido nenhum estudo mecanístico e seja necessária mais investigação nesta área. Neste sentido, o presente trabalho teve como objetivo avaliar os efeitos do consumo de café, sobretudo da cafeína, em relação aos níveis de ácido úrico em voluntários adultos, ativos e sedentários utilizando de parâmetros de análise clínicas. Foram selecionados 48 voluntários da cidade de Lavras –MG, na faixa etária de 20 à 50 anos de ambos os sexos sendo sedentários e ativos. Os blocos foram separados por faixa etária e atividade física (ativo ou sedentário) e consumo de café, descafeinado ou normal (3 à 4 xícaras de café/dia, por um período de seis meses). As análises clínicas dos níveis de ácido úrico, foram realizadas no início do experimento e após seis meses. Nos exames clínicos, os voluntários foram orientados a permanecer em jejum por um período de 12 horas, logo após a coleta de sangue, os níveis de ácido úrico foram analisados pelo método enzimático Trinder. O delineamento foi em blocos casualizados, em

esquema fatorial 3 x 2 x 2 (três faixa etária; sedentários e ativos; 2 tipos de café normal e decafeinado), sendo quatro repetições para cada tratamento, perfazendo um total de 48 voluntários. As faixas etárias, que constituíram os blocos foram: 20 a 29; 30 a 39; 40 a 50 anos. Após coleta de todos os dados, os mesmos foram submetidos à análise estatística através do teste Tukey ao nível de 5% de probabilidade, utilizando o programa SISVAR. Em relação à média do ácido úrico encontrada (4,269 mg/dl), para os indivíduos que participaram desse estudo encontra-se normal de acordo com os valores utilizados como referência, homens (2,5 a 7,0 mg/dl) e mulheres (1,5 a 6,0 mg/dl). Não houve diferença significativa no nível de ácido úrico entre as faixas etárias avaliadas, os indivíduos (20-29 anos) apresentaram valor médio de ácido úrico (4,5 mg/dl), os indivíduos (30-39) apresentaram valor médio de ácido úrico (3,72 mg/dl) e os indivíduos (40-50 anos) apresentaram valor médio de ácido úrico (4,89 mg/dl). Não houve também diferença significativa nos níveis de ácido úrico em relação a atividade física, embora os indivíduos ativos tenham apresentado valor médio de ácido úrico inferior aos indivíduos sedentários. Foi observadas diferenças significativas ($P < 0,01$) nos níveis de ácido úrico nos exames realizados antes e depois dos tratamentos (café normal ou descafeinado), ou seja, após 6 meses de fornecimento dos tratamentos, houve uma redução dos níveis de ácido úrico dos indivíduos avaliados. Isto indica que o consumo de café (normal ou descafeinado) contribui para a redução dos níveis de ácido úrico e que não é a cafeína a substância responsável por esse comportamento.

* Resultado parcial da Dissertação de Mestrado.