**A Dieta Mediterrânica protege o estomago**

**Cientistas da Universidade de Coimbra descobrem que certos compostos presentes nos alimentos da dieta mediterrânica reagem no estômago protegendo-o contra o desenvolvimento de úlceras.**

Se até agora, o **Nitrito era sinónimo de molécula altamente tóxica associada ao cancro do estômago e os polifenois símbolo de antioxidantes**, um estudo internacional, liderado por uma equipa de investigadores da Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra (FFUC), **revela que a reação entre estes compostos no estômago pode evitar o desenvolvimento de úlceras pépticas**.

A pesquisa, com artigos publicados em revistas científicas de referência internacional (Toxicology e Free Radical Biology and Medicine, entre outras) **demonstrou que a dieta mediterrânica contém nitritos em quantidades elevadíssimas** (encontrados nos vegetais verdes), assim como polifenois (presentes nos vegetais, na cebola, vinho, maçã, etc.), que **em conjunto produzem Óxido Nítrico** (NO), **molécula essencial para proteger o estômago de algumas patologias**, através da regulação celular.

Para se perceber melhor como tudo acontece, os investigadores João Laranjinha e Bárbara Rocha explicam que «**o estômago funciona como um biorreator que promove as condições adequadas para a produção de óxido nítrico em quantidade suficiente, podendo regular processos gástricos e outros mais globais e, em caso de inflamação, impedir, p. ex., o surgimento de úlcera péptica porque modifica a estrutura química de proteínas endógenas que, desta forma, adquirem uma atividade antiulcerogénica previamente inexistente**».

As várias experiências **realizadas em modelos animais** (ratos) e em **humanos** permitem concluir que «**através da dieta alimentar é possível controlar algumas doenças do estômago, produzindo um regulador celular (NO) por processos puramente químicos. Estamos perante uma mudança de paradigma porque identificámos nova atividade dos polifenois e do nitrito no organismo. Forma-se uma nova equação: a produção de óxido nítrico a partir destas duas moléculas desencadeia uma série de ações e, em caso de inflamação, são formados compostos antiulcerogénicos. O NO é, de facto, considerado um grande maestro da regulação celular no organismo**», realça João Laranjinha.

O estudo foi desenvolvido ao longo dos últimos cinco anos com a colaboração do cientista **Jon Lundberg**, **um dos líderes mundiais no estudo da Biologia do nitrito**, **uma nova área com grande impacto biomédico**.

Cristina Pinto (Assessoria de Imprensa - Universidade de Coimbra)

Ciência na Imprensa Regional – Ciência Viva