



Info-nut



www.nutriçao.ufba.br



Informativo Digital da Escola de Nutrição da UFBA N.114/2012

Salvador, 24 de agosto de 2012

Colaço de Grau dos Formandos 2012.1



Ao evento ocorrido no dia 24/08/12 na Reitoria da UFBA, compareceram alunos de nutrição para o recebimento do grau de Nutricionistas, seus familiares e amigos e professores da ENUFBA. A mesa foi composta por: Diretora, Prof^a Dr^a Marilena Pacheco, Coordenadora do Colegiado, Prof^a Rosemary da Rocha Fonseca, a esta coube conferir o grau, Prof^a Maria Helena Gusmão, Prof^a Lilian Ramos Sampaio, Prof^a Ingrid Cardoso Fidelis, Nutricionista Anna Picorelli e a funcionária Eunice Silva de Souza.

Farinha de mandioca foi tema de seminário gastronômico em Salvador

Aconteceu no dia 21 de agosto, no Teatro Sesc-Senac Pelourinho o VI Seminário do Museu de Gastronomia da Bahia, que teve como tema “Farinha de Mandioca: cultura e gastronomia”.

Durante o Seminário foram realizadas as “Oficinas de Farofas e Pirões”, tendo como palestrantes o Profº Joselito da Silva Motta, Profº Odilon Castro, Profº Asdrubal Vieira Senra e Profª Drª Janice Izabel Druzian, da ENUFBA.

Fonte: ibahia.com.br



ISC, Abrasco e Fiocruz-BA realizam encontro de saúde e comunicação

Uma realização da Associação Brasileira de Saúde Coletiva (Abrasco), do Instituto de Saúde Coletiva da UFBA (ISC) e do Centro de Pesquisa Gonçalo Moniz (Fiocruz/BA), o 1.º Encontro Nordeste Saúde e Comunicação ocorre no período de 12 a 14 de setembro, no Centro de Convenções da Bahia, em Salvador. O foco do evento é mapear e disseminar inovações e empreender ações de comunicação em saúde. A expectativa é de cerca de 200 participantes entre profissionais das de saúde, comunicação e saúde, além de professores, estudantes, gestores, conselheiros, sindicatos, associações, conselhos profissionais e universidades.

Os participantes podem se inscrever e submeter trabalhos científicos, relato de experiências e vídeos. O valor depende da categoria: profissionais (R\$ 80), sócio Abrasco (R\$ 40) e estudante (R\$ 20). O evento abordará temas de interesse da área de comunicação e saúde, como as questões sobre a comunicação pública e o Sistema Único de Saúde (SUS). A relação entre vídeo, saúde e cidadania será o assunto de um dos cursos oferecidos. Já nas oficinas, o enfoque será outra perspectiva de se fazer saúde, como no caso do teatro de animação e de contador de histórias.

Mais informações: <http://necomsaude.wordpress.com>

Açúcar em excesso pode afetar a capacidade intelectual, alertam cientistas americanos

Comer açúcar demais pode consumir toda a sua energia cerebral, revelaram cientistas americanos que publicaram um estudo no Journal of Physiology, demonstrando como uma dieta com base em xarope de milho rico em frutose afetou a memória de cobaias.

Cientistas da Universidade da Califórnia em Los Angeles (UCLA) alimentaram dois grupos de ratos com uma solução contendo xarope de milho rico em frutose - um ingrediente comum em alimentos processados - e água potável durante seis meses. Um grupo de ratos tomou também um suplemento de ácidos-graxos ricos ômega-3, que estimula a memória,



na forma de óleo de linhaça ou ácido docosahexaenóico (DHA), enquanto o outro grupo não fez o mesmo.

Antes do início da ingestão de açúcar, os ratos passaram por um treinamento de cinco dias em um complexo labirinto. Os roedores foram colocados novamente no labirinto seis semanas depois de ingerirem a solução doce para ver como se saíam. "Os animais que não tomaram DHA foram mais lentos e seus cérebros demonstraram um declínio na atividade sináptica", afirmou Fernando Gomez-Pinilla, professor de neurocirurgia na Escola de Medicina David Geffen, na UCLA.

"Suas células cerebrais tiveram dificuldade em enviar sinais entre si, prejudicando sua capacidade de pensar com clareza e lembrar o caminho que tinham aprendido seis semanas antes", acrescentou.

Uma análise mais detalhada nos cérebros dos ratos revelou que aqueles que não foram alimentados com suplementos de DHA também desenvolveram sinais de resistência à insulina, hormônio que controla os níveis de açúcar no sangue e regula a função cerebral. "Uma vez que a insulina consegue penetrar a barreira sangue-cérebro, o hormônio pode sinalizar os neurônios, gerando reações que comprometem o aprendizado e causam perda de memória", disse Gomez-Pinilla.

Em outras palavras, comer frutose demais pode interferir na capacidade da insulina de regular como as células usam e armazenam açúcar, o que é necessário para o processamento de pensamentos e emoções. "A insulina é importante no corpo para controlar o açúcar no sangue, mas pode desempenhar um papel diferente no cérebro, onde parece afetar a memória e o aprendizado", disse Gomez-Pinilla.

"Nosso estudo demonstra que uma dieta rica em frutose afeta tanto o cérebro quanto o corpo. Isto é algo novo", acrescentou. "Nossas descobertas ilustram que o que você come afeta como você pensa", emendou Gomez-Pinilla.

"Ingerir uma dieta rica em frutose a longo prazo altera a capacidade do cérebro de aprender e lembrar informações. Mas adicionar ácidos-graxos ômega-3 nas refeições pode ajudar a minimizar os danos", acrescentou.

O xarope de milho rico em frutose é comumente encontrado em refrigerantes, condimentos, molho de maçã, comida de bebê e lanches processados. Ao ano, o americano médio consome mais de 18 quilos de xarope de milho rico em frutose, segundo o Departamento de Agricultura dos Estados Unidos.

Fonte: Terra saúde e nutrição

Nota: a frutose citada no texto refere-se à utilizada em processamento de alimentos industrializados. A frutose contida nas frutas não afeta a capacidade intelectual dos indivíduos. (Profª Ms Linda Susan de Almeida Araújo)

Escola de Nutrição - UFBA Av. Araújo Pinho - nº 32 - Canela

Cep: 40.110-150 - Salvador - BA - Brasil -

Tel.: 71 3283-7700