

EXCLUSIVE

WWW.FEEDFOOD.COM.BR



feed food

PORTA-VOZ DA AGROINDÚSTRIA DE PROTEÍNA ANIMAL

CIASULLI
EDITORES

ANO 15 - Nº 173 - SET 21

DIVERSAS ATUAÇÕES E UM MESMO PROPÓSITO

NO CAMPO, NO ESCRITÓRIO, NA PESQUISA,
NA FISCALIZAÇÃO OU NA SALA DE AULA.

MÉDICOS VETERINÁRIOS TÊM UMA IMPORTÂNCIA
INCALCULÁVEL NA SOCIEDADE E EM HOMENAGEM AO
DIA DELES, REUNIMOS HISTÓRIAS E EXPERIÊNCIAS
QUE SE CONECTAM E INSPIRAM

BENEFÍCIOS NUTRICIONAIS E OUTRAS DESTACADAS PROPRIEDADES DO CAMARÃO MARINHO CULTIVADO PARA A SAÚDE DOS SEUS CONSUMIDORES

ITAMAR ROCHA

O camarão é o crustáceo cuja atratividade como alimento já o coloca na condição de fruto do mar mais desejado em todo o mundo, ocupando posição de destaque na mesa dos mais exigentes consumidores: China, Estados Unidos, Espanha, França, Japão e México, dentre outros, das Américas, Europa e Ásia.

Nesse contexto, o camarão marinho mais cultivado mundialmente, é, sem dúvida, o camarão branco (*Litopenaeus vannamei*) do Pacífico, que embora só tenha sido introduzido na Ásia (China) em 1999, já se disseminou por todo o continente, elevando sua participação no contexto da produção (80,22%) mundial de camarão marinho cultivado (4.155.826 t / 2016), secundado pelo camarão tigre, *Penaeus monodon* da Ásia, com 701.081 t (13,5 %).

Na verdade, o expressivo desempenho da produção mundial do camarão marinho cultivado passou a se constituir uma viável alternativa para a substituição das proteínas de carnes vermelhas, tendo como fator competitivo, em primeiro lugar, o preço e, em segundo, a oferta susten-

tável de um produto atrativo, saudável e desejável, com baixo nível de calorias e gorduras saturadas, possuindo adicionalmente diversos nutrientes benéficos para a saúde humana.

Notadamente, pelo fato de ser uma excelente fonte de triptofano, de selênio, além de diversas outras proteínas de baixo teor de gordura e de calorias – cuja ingestão de uma porção de apenas 115 gramas, fornece o equivalente a 47,4% do valor diário de proteína, requerido pelo corpo humano, contendo apenas 112 calorias e menos de 1,0 g de gordura, se destacando adicionalmente como uma boa fonte de vitamina D, vitamina B12, ferro, fósforo e ácidos graxos ômega 3, entre outros nutrientes.

Sendo ainda, importante destacar, que em relação ao elevado nível de desinformação sobre o teor de gordura e de colesterol contido no camarão, é necessário considerar que embora o mesmo possua um baixo teor de gordura total, o seu colesterol total é elevado, no entanto, os vários estudos acadêmicos, que analisaram o consumo de camarão em relação aos níveis de colesterol no sangue, mostram um cenário bem favorável:

1 Pesquisadores da Universidade Rockefeller e da Escola de Saúde Pública da Universidade de Harvard (USA), analisando os efeitos de duas dietas: camarão e ovos, sobre os níveis de colesterol das pessoas com níveis lipídicos normais, destacaram que a dieta com camarão aumentou os níveis do LDL (mau colesterol) em 7%, mas por outro lado, também aumentou os níveis do HDL (bom colesterol) em 12%;

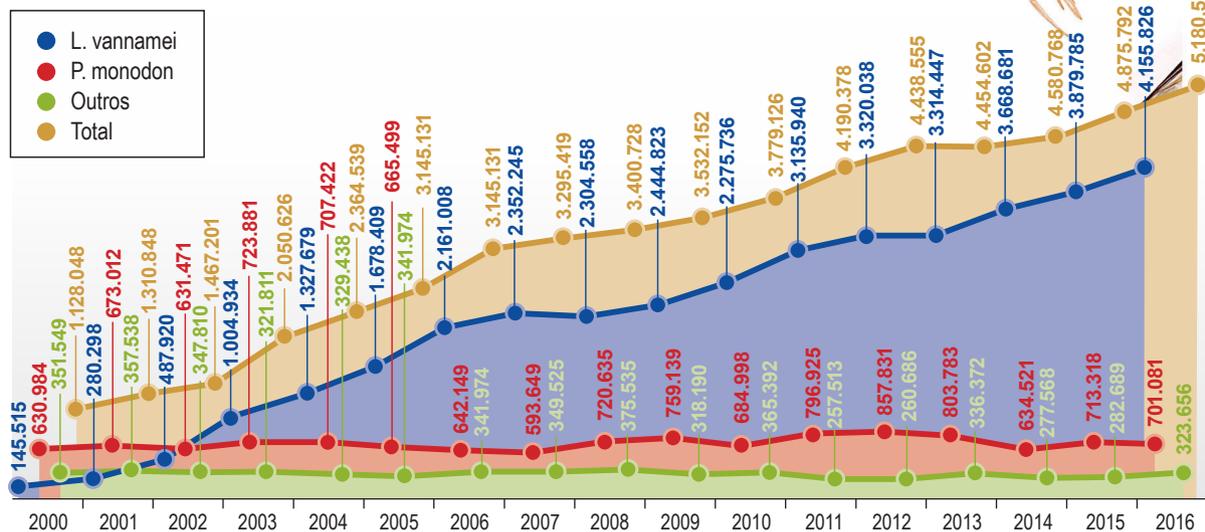
2 Em contraste, a dieta do ovo aumentou os níveis do LDL em 10% e do HDL em 7%.

Esses resultados, mostraram que a dieta de camarão produziu proporções significativamente maiores de colesterol HDL (“bom”) em relação às proporções menores de LDL (colesterol “mau”) do que a dieta do ovo. Além disso, as pessoas que se alimentaram da dieta com camarão, apresentaram uma diminuição de 13% nos níveis de triglicérides (a forma que a gordura é transportada no sangue).

Por outro lado, esses estudos destacaram que a ingestão de apenas 115 g de camarão por dia contri-

EVOLUÇÃO DA PRODUÇÃO GLOBAL DE CAMARÃO MARINHO CULTIVADO

COM DESTAQUE PARA AS PARTICIPAÇÕES DO L. VANNAMEI (80,22%) E DO P. MODONON (13,50%) - ENTRE 2000 E 2016



Fonte: ABCC

bui com 28,2% do valor diário de vitamina B12 requerido pelo organismo, cuja importância está associada ao fato de que a mesma é um dos nutrientes necessários para manter os níveis de homocisteína baixos, a molécula que por danificar as paredes dos vasos sanguíneos, é considerada um importante fator de risco para doenças cardiovasculares.

Além disso, o camarão também é uma boa fonte de ácidos graxos ômega-3, um cardioprotetor reconhecido por seus efeitos anti-inflamatórios e pela capacidade de prevenir a formação de coágulos sanguíneos, cuja ingestão da mesma porção de camarão (115 g) contribui com 14,8% da necessidade diária destes ácidos graxos protetores.

Da mesma forma, o camarão marinho também é uma excelente fonte de selênio, cuja ingestão de uma porção básica (115 g / dia) supre 64,2% do valor diário recomendado para este mineral-traço, que dentre tantos outros benefícios, pode induzir o reparo do DNA nas células danificadas, inibindo a proliferação das células cancerígenas, por exemplo, inclusive, induzindo a sua

apoptose, que é a sequência de autodestruição que o corpo usa para eliminar células desgastadas ou anormais.

Afora esses destacados benefícios, vários estudos, utilizando a quitosana, uma substância retirada do exoesqueleto de crustáceos, demonstraram que a mesma possui propriedades antimicrobianas que apresentam forte defesa contra Salmonellas e E. coli, um dos mais graves problemas que afetam a indústria mundial de carnes, cujos testes com carnes moídas infectadas com Salmonella sp. e E. coli, reduziram em 90% os níveis dessas bactérias.

Outro dado importante foi a descoberta de que a extração do carboidrato quitina, convertido quimicamente para quitosana, ao ser misturado com a fibroína, proteína insolúvel, encontrada em casulo de seda, resultou num plástico que se decompõe totalmente em 33 dias, ou seja, 1,5 milhões de vezes mais rápido do que os plásticos comerciais.

Nesse mesmo sentido, um estudo realizado por estudantes do ensino médio de uma escola pública no interior do Ceará, utilizando a Quitina - substância extraída da carapaça do camarão

(exoesqueleto), demonstrou a sua capacidade de tirar sais da água (dessalinização), a qual, depois de passar por um filtro de barro, tornou-se potável.

Por último, merece destaque o fato de que, recentemente, pesquisadores do Laboratório de Avaliação e Desenvolvimento de Biomateriais do Nordeste (Certbio), da Universidade Federal de Campina Grande, desenvolveram uma máscara cirúrgica biodegradável à base da carapaça do camarão marinho, com material capaz de reter e eliminar o vírus da Covid-19 (SARS-CoV-2).

A referida máscara é descartável com durabilidade segura de uso por 24 horas, com custo estimado de dez centavos. Inclusive, na experiência desenvolvida no Certbio foi aplicado um elemento chamado quitosana no material da máscara, um biomaterial que já atuava como bactericida e fungicida, mas agora os pesquisadores comprovaram que também é um potente virucida. ■

ITAMAR PAIVA ROCHA

é presidente da ABCC; diretor do Deagro / Fiesp; membro titular da CSPA e presidente da MCR Aquacultura