

Ficha de trabalho 1: Resumo de conclusões do artigo científico

Traduzido por Maria João Fonseca

Este estudo (br Purba et al., 2001) foi concebido com o objectivo de verificar se existiria uma correlação entre a ingestão de diversos alimentos e o aparecimento de rugas na pele em locais que recebem quantidades significativas de luz solar.

The study included four groups:

Grupo 1: 177 pessoas nascidas na Grécia, mas que vivem agora em Melbourne, Austrália

Grupo 2: 69 pessoas nascidas na Grécia e que vivem na Grécia rural

Grupo 3: 48 Australianos anglo-celtas que vivem em Melbourne

Grupo 4: 150 pessoas nascidas e que ainda vivem na Suécia.

Eles estavam a participar no estudo “Hábitos alimentares na vida adulta” da União Internacional de Ciências da Nutrição (International Union of Nutritional Sciences, em inglês), e as suas ingestões alimentares eram medidas e a sua pele avaliada.

Os resultados mostraram que as pessoas incluídas no Grupo 4 desenvolviam menos rugas em locais expostos ao sol, seguidas pelas pessoas dos grupos 1,2 e 3. A análise dos dados e a identificação da correlação com grupos de alimentos sugeriram que pode haver menos danos cutâneos naquelas pessoas que ingerem mais vegetais, azeite, peixe e legumes, e menos manteiga e margarina, lacticínios e açúcares.

Taxas elevadas de ingestão de vegetais, legumes e azeite aparentaram conferir protecção contra o aparecimento de rugas, enquanto que uma ingestão elevada de carne, lacticínios e manteiga pareceu ter o efeito oposto.

Este estudo demonstra que o aparecimento de rugas na pele de pessoas mais velhas de várias etnias em locais de exposição solar pode ser influenciado pelos tipos de alimentos que estas consomem.

Material de apoio para:

Walsh, E (2012) Má ciência: aprender com a ciência nos meios de comunicação social. *Science in School* 22.

www.scienceinschool.org/2012/issue22/badscience/portuguese