

LICOPENO: RECOMENDAÇÕES, BIODISPONIBILIDADE E POSSÍVEIS BENEFÍCIOS

I Congresso Nacional Online de Nutrição Oncológica, 2ª edição, de 21/06/2021 a 24/06/2021
ISBN dos Anais: 978-65-89908-16-6

LIMA; MOISÉS FELIPE TEIXEIRA¹, SILVA; BIANCA LUMI INOMATADA SILVA², DIOGO; LEONARDO RODRIGUES FERREIRA³, TSUKIMATA; MARCIO YUTAKA⁴, SANTOS; MATHEUS TEIXEIRA⁵

RESUMO

O licopeno é um agente antioxidante de alta capacidade para conter o processo de carcinogênese, sobretudo, o da próstata e o do pulmão. Ele é encontrado, principalmente, em tomates e derivados. A sua biodisponibilidade está associada a diversos fatores, como estágio da maturação do fruto. Para efetividade da ação desse carotenóide, recomenda-se seu consumo diário de 35 mg. Este projeto visa compreender a atuação do licopeno no corpo humano, destacando a sua capacidade antioxidante, ao coligar dados sobre o consumo de tomate e seus derivados à supressão do aparecimento de neoplasias. Sendo assim, a coleta de dados foi realizada na base de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Pubmed, em um período exclusivo de 15 anos, a qual a destacam os possíveis benefícios de uma alimentação associada ao licopeno, além de evidenciar sua biodisponibilidade e sua recomendação diária. Com base nos dados, foi possível corroborar a ação antioxidante do licopeno, visto que uma maior concentração do carotenóide no sangue é associada a um menor surgimento de diferentes tipos de câncer por sua atuação direta na redução do estresse oxidativo e no sistema imunológico; em indivíduos não-fumantes houve redução de 63% para o desenvolvimento do câncer de pulmão por uma maior ingestão de α -caroteno e em pacientes do sexo masculino recém-diagnosticados com câncer de próstata houve diminuição do risco e do crescimento das células do câncer. Considerando a atuação antioxidante do licopeno, associada a quantidade ingerida do mesmo, comprova-se que ele auxilia na prevenção de diversos tipos de câncer.

PALAVRAS-CHAVE: Antioxidante, Câncer, Licopeno, Neoplasias

¹ GRADUANDO DE NUTRIÇÃO PELA UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ-UFPA, m.teixeira@hotmail.com

² GRADUANDA DE MEDICINA PELA UNIVERSIDADE DO ESTADO DO PARÁ-UEPA, inomatabianca@gmail.com

³ GRADUANDO DE MEDICINA PELO CENTRO UNIVERSITÁRIO METROPOLITANO DA AMAZÔNIA-CEUMA, leonardodiogo1@gmail.com

⁴ GRADUANDO DE MEDICINA PELA UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ-UFPA, mytsukimata1031@gmail.com

⁵ GRADUANDO DE NUTRIÇÃO PELA UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ-UFPA, otheusantos2002@gmail.com