

Churrasco pode causar câncer

PESQUISA DA UNICAMP AFIRMA QUE A FUMAÇA, EM CONTATO COM A GORDURA DA CARNE, PODE LIBERAR AGENTES CANCERÍGENOS.

CLAYTON LEVY

O popular churrasco — um dos pratos mais apreciados pelo brasileiro — pode ser contaminado por agentes cancerígenos, dependendo da maneira como é preparado. Uma pesquisa da Universidade Estadual de Campinas, Unicamp, afirma que a fumaça carrega para a carne substâncias químicas capazes de provocar tumores. A contaminação acontece quando a carne

é muito gordurosa ou quando, mesmo sem gordura, ela é assada sobre o calor da madeira em vez de carvão.

Em ambos os processos, formam-se os chamados hidrocarbonetos poliaromáticos (HPAs), capazes de provocar o câncer. “Quando cai sobre o carvão ou

a madeira, a gordura sofre um processo de decomposição que libera os agentes químicos”, afirma a professora Maria Cecília Figueiredo Toledo, da Faculdade de Engenharia de Alimentos, orientadora do trabalho. Segundo ela, os agentes liberados se misturam à fumaça e acabam contaminando a carne. Além disso, a simples combustão da madeira também produz os HPAs.

O trabalho resultou na tese de doutorado da pesquisadora Isa Noll, que realizou experiências durante quatro anos. Foram analisados diversos tipos

de carnes assadas em churrasqueiras portáteis e de alvenaria. Na primeira, a carne foi mantida na grelha a uma altura média de 15 centímetros do fogo e na churrasqueira de alvenaria, a 40 centímetros.

As pesquisadoras constataram que a picanha com gordura, assada a 40 centímetros do carvão, apresentava 0,6 micrograma de HPA por quilo. A mesma carne, assada na churrasqueira portátil, continha 4,8 microgramas por quilo. A picanha sem gordura, assada a 40 centímetros do fogo, não foi contaminada. Instituições internacionais consideram tolerável 1 micrograma por quilo.

Dados da literatura médica mostram que os ingleses, por exemplo, ingerem em sua dieta diária 3,7 microgramas de HPA, enquanto os suecos consomem 2,7 microgramas. Para que se tenha uma idéia de como a dieta do brasileiro é mais “rica” em HPA, apenas durante um churrasco a ingestão de agentes cancerígenos pode chegar a 5,4 microgramas.

“O estudo não decreta a condenação do churrasco, mas orienta quanto aos cuidados na hora de prepará-lo”, diz Maria Cecília, que não é vegetariana e se diz apreciadora do prato. A pesquisa também despertou o

interesse do laboratório argentino Proyecto-L, contratado pelo governo do país para controlar a qualidade dos alimentos de origem animal.

Segundo a pesquisadora, no Brasil não há legislação específica para limitar a presença de HPAs nos alimentos. Para evitar problemas de saúde, ela aconselha o uso de carnes sem gordura e a não utilizar madeira no lugar de carvão. As churrasqueiras de alvenaria são mais seguras, porque normalmente permitem assar a carne a 40 centímetros do fogo. “Esse espaço é suficiente para que a fumaça contaminada se dissipe antes de chegar à carne”, diz.

De acordo com a pesquisadora, é difícil estabelecer a dose de um composto químico necessária para causar câncer em animais de laboratório ou no homem. “As informações disponíveis afirmam que essa relação existe”, afirma. A Agência Internacional para Pesquisa sobre Câncer revela, segundo Maria Cecília, que a comprovação desses efeitos em seres humanos exige estudos mais detalhados e a longo prazo.

O presidente da Sociedade Brasileira de Oncologia Clínica, Fernando Medina da Cunha, diz que o trabalho é polêmico, mas deve ser levado a sério. Segundo ele, existem estudos internacionais abordando a relação entre o churrasco e alguns tipos de câncer. Só no banco de dados da Sociedade há cerca de dez artigos médicos publicados em revistas especializadas.



Churrascaria no Rio Grande do Sul: segundo o estudo, a carne deve ficar a 40 centímetros do carvão.

ASSADOR GAÚCHO REAGE

Ele só vê um problema: colesterol. E recomenda: espeto a 50 cm da brasa.

AYRTON CENTENO

“Se churrasco causasse câncer todo o Rio Grande do Sul estaria doente”, reagiu, incrédulo, o assador gaúcho Terson Praxedes, de 42 anos. Assessor técnico do Instituto Gaúcho de Tradição e Folclore (IGTF), ele prepara churrasco três vezes por semana desde que se conhece por gente, requisitado para assar carne até para 50 pessoas.

Praxedes considera necessá-

rio saber mais sobre a madeira utilizada como combustível, para saber se pode determinar ou não a produção de substâncias cancerígenas. Perigo ele só identifica na carne muito gorda: “Causa problema com o colesterol”. Ele recomenda ainda que o espeto fique a uma distância mínima de 50 cm do fogo, para que a carne não asse só por fora. Dados da Secretaria de Saúde e Meio Ambiente/RS não in-

dicam uma incidência expressiva de câncer do aparelho digestivo em Porto Alegre. Em 1990, foram notificados 197 casos de câncer no estômago, com 110 óbitos. Somando-se todos os tipos da doença envolvendo outros órgãos correlacionados — lábios, boca, esôfago, cólon, intestino delgado, fígado, vesícula, pâncreas e reto —, o total de pessoas afetadas sobe para 914, com 508 óbitos.

Churrascarias protestam

PARA OS DONOS DE RESTAURANTES, CHURRASCO FAZ BEM À SAÚDE.

MARIA LUIZA PAIVA

Os fãs do churrasco na brasa e proprietários das maiores churrascarias de São Paulo protestaram contra a pesquisa divulgada pela Unicamp, segundo a qual a fumaça, em contato com a gordura da carne, libera substâncias cancerígenas.

Um dos que não concordam com essa teoria é Marcos Bassi, co-proprietário da famosa Churrascaria Bassi. “Se churrasco desse câncer, toda a população da Argentina já teria acabado”, diz ele, referindo-se ao país que mais consome carne no mundo. Fuad Zegaib, o “Dinho”, do restaurante Dinho’s Place, concorda: “A carne mais saudável é aquela feita na grelha mesmo, na brasa.”

Já o dono da churrascaria Barbacoa, o gaúcho Ademar Fguifsardi — que foi informado de “algo parecido” por uma

revista estrangeira há cerca de oito anos — trocou na época as churrasqueiras de carvão vegetal por um sistema de aquecimento sem fumaça, onde o centro do fogo é de cima para baixo e toda a gordura cai numa lâmina de água, onde esfria.

Perplexidade

“EXAGERO DOS EXAGEROS”

Apesar das precauções, ele ainda assim duvida desse tipo de pesquisa: “Meu pai é um gaúcho de 75 anos que faz o churrasco mais tradicional desde que nasceu e nunca teve nada”.

Istvan Wessel, dono da fornecedora de carnes que leva seu sobrenome, acredita que essa tese não é válida, lembrando o costume dos europeus, cultivado há séculos, de defumar a carne. “Não

acredito que uma carne que fica de 20 a 40 centímetros na brasa possa causar câncer. É o exagero dos exageros”, diz Wessel. Arri Cozer da Churrascaria Fogo de Chão, acredita que tudo isso não passa de um boato: “O que falta neste País, com tanta gente faminta, é comer mais carne na brasa mesmo”.

A colônia gaúcha de São Paulo também não deixou por menos. O cronista e jornalista gaúcho Ayrton Gontow, há 19 em São Paulo, nunca deixou de fazer seu churrasquinho com os amigos no quintal de sua casa em Perdizes, pelo menos duas vezes por semana. Indignado com a notícia, protestou: “Vamos ter de encontrar alguma forma de preparar a carne. Talvez a solução seja usar protetor solar”. A produtora da TV Ana Paulo Britto, também gaúcha, argumenta: “A melhor carne é a de churrasco, pois toda gordura é queimada”.