

Proteína da soja reduz colesterol

Bruxelas — O consumo da proteína de soja em vez de proteínas animais diminui o colesterol de forma significativa, constataram um grupo de pesquisadores da Universidade de Kentucky, Estados Unidos.

Os resultados de um estudo, apresentado durante um simpósio internacional em Bruxelas, mostram uma redução média de 9,3 % do colesterol total. Os pesquisadores comprovaram ainda que esta diminuição reduzia o risco de doenças cardiovasculares em 30 %.

Desde o último domingo acontece em Bruxelas o segundo simpósio internacional sobre o papel da soja na prevenção e tratamento de doenças crônicas.

Além do interesse por este alimento no que se refere à redução do colesterol, diversos estudos têm demonstrado que, graças à soja, as lesões cancerosas sofrem uma diminuição, principalmente nos casos de câncer de cólon, próstata e mama.