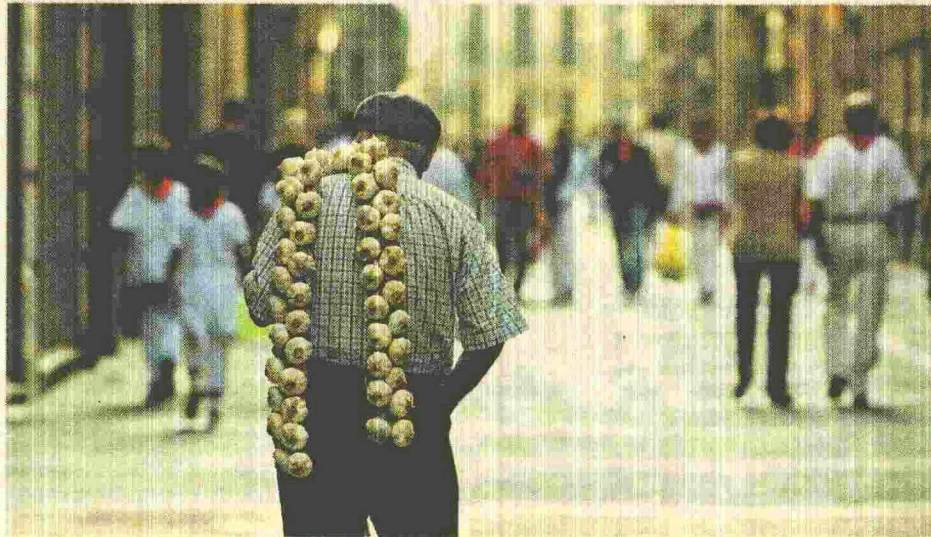


ALHO NÃO REDUZ COLESTEROL

Pablo Sanchez/Reuters - 10/7/06



Diz a sabedoria popular que o alho é um santo remédio no tratamento da gripe comum e até de doenças cardíacas. Mas um novo estudo publicado na edição de ontem da Archives of Internal Medicine questiona o papel do alho cru e dos suplementos de alho na redução do colesterol. O alimento é usado para essa finalidade principalmente nos Estados Unidos. Testes realizados na Universidade de Stanford (EUA) monitoraram 192 adultos, com idades entre 30 e 65 anos, que tinham níveis moderadamente altos do colesterol "ruim" (LDL). Alguns ingeriram alho, outros um suplemento de alho, um grupo foi tratado à base de um suplemento envelhecido de alho, e os demais receberam um placebo. A pesquisa não apontou diferenças significativas na melhoria do nível de colesterol.