

ciência

PESQUISA INTERNACIONAL ALERTA PARA O RISCO DE CONSUMIR BEBIDAS ACIMA DE 65 GRAUS NO DESENVOLVIMENTO DO CÂNCER DE ESÔFAGO

Tá quente!

Provou uma bebida e queimou a língua? Então é sinal de que a temperatura está elevada demais e pode facilitar o desenvolvimento do carcinoma epidermoide de esôfago, o tipo de câncer de esôfago encontrado em 90% dos brasileiros com a doença. Para eliminar esse fator de risco, a recomendação dos especialistas é deixar a bebida esfriar até 55 graus. Como assim? Bem, na prática, a dica é esperar cerca de cinco minutos antes de beber o líquido. O tempo varia de acordo com a quantidade da bebida e a temperatura ambiente.

O alerta foi feito pela Agência Internacional de Pesquisa em Câncer (Iarc, na sigla em inglês), da Organização Mundial da Saúde (OMS), depois que 23 pesquisadores de 10 países revisaram mais de 1.000 estudos epidemiológicos, observacionais e experimentos com animais. Esse grupo contou com dois brasileiros: o vice-diretor do INCA, Luis Fernando Ribeiro Pinto, e Adriana Farah, do Instituto de Nutrição da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), especialista no conteúdo dos compostos do café. A

avaliação do tema começou em novembro de 2015 e foi concluída em junho último.

O grupo de trabalho da Iarc investigou o consumo de café, chimarrão, tererê (como é chamado o chimarrão frio no Centro-Oeste do Brasil) e mate. A conclusão foi que bebidas acima de 65 graus Celsius favorecem o desenvolvimento do carcinoma epidermoide de esôfago, devido à lesão térmica provocada na mucosa que reveste o órgão. Trocando em miúdos: “O que acontece é uma combinação de fatores de risco, com a associação da lesão ao tabagismo e ao etilismo [consumo de álcool]. Noventa por cento dos pacientes com câncer de esôfago no Brasil são tabagistas e etilistas”, explica Luis Felipe.

Os estudos foram feitos na China, no Irã e em alguns países da América do Sul, continente no qual vigora o hábito de consumir bebidas em temperaturas muito elevadas e onde a incidência desse tipo de câncer também é expressiva. “Concluimos que os compostos do café e



da erva mate, fresca ou tostada, por si não têm nenhuma influência no desenvolvimento do câncer de esôfago. O risco é associado à temperatura. Não há ‘achismo’ – há evidência científica”, frisa Luis Felipe. “Os desdobramentos dessa pesquisa são importantíssimos para a nossa população no que diz respeito à prevenção do câncer. Apenas 2% do que se investe no mundo em pesquisa de câncer é destinado à prevenção”, destaca.

DIFERENÇAS REGIONAIS

O câncer de esôfago é o sétimo mais comum entre os homens brasileiros. A incidência na Região Sul é de duas vezes e meia a cinco vezes maior do que no restante do País, devido ao consumo de chimarrão. Enquanto a taxa bruta (número de casos por 100 mil homens) no Sul é de 16,86 (lá, é o sexto mais incidente), no Norte é de 2,2, e o câncer de esôfago nem figura entre os

“O risco [de câncer de esôfago] é associado à temperatura. Não há ‘achismo’ – há evidência científica”

LUIS FERNANDO RIBEIRO PINTO,
vice-diretor do INCA

10 mais incidentes. Em 2016, esperam-se 7.950 casos novos de câncer de esôfago em homens e 2.860 em mulheres no Brasil. No Ocidente, é o país com maior número de casos.

Luis Felipe explica que o chimarrão está mais associado ao carcinoma de esôfago do que outras bebidas ingeridas quentes por causa do uso da bomba (espécie de canudo por meio do qual se aspira o líquido). A bebida sai direto da cuia para a garganta, não havendo contato prévio com o interior da boca, onde (ao se beber da xícara ou do copo) ocorre troca de calor. E como o esôfago não tem terminações nervosas em sua parte inicial, não há sensação de dor ao se ingerir o líquido fervente. Por isso, muita gente pode se enganar ao achar que suporta muito bem o calor excessivo.

O pesquisador enfatiza que não é necessário abrir mão das bebidas quentes, mas recomenda que o consumo ocorra quando a temperatura chegar, preferencialmente, aos 55 graus. “Essa é a temperatura de um café expresso quando ele sai da máquina”, informa.

Falando em café, a bebida preferida dos brasileiros, foi absolvida da suspeita de causar dois dos cânceres mais incidentes entre os brasileiros (mama e próstata) e o mais letal de todos (pâncreas). E a notícia fica ainda melhor para os amantes do café: o preparado tem efeito protetor contra tumores de fígado e endométrio (camada que reveste o útero). “Conseguimos até mesmo medir a proteção: cada xícara de café reduz em 15% o risco de desenvolver câncer de fígado”, revela Luis Felipe. ■

CLASSIFICAÇÃO DA IARC

A Agência Internacional para Pesquisa em Câncer classifica alguns produtos de acordo com seu potencial para causar a doença.

O consumo de bebidas acima de 65 graus foi classificado como “provavelmente carcinogênico para humanos” (grupo 2A).

Em avaliação anterior da IARC, em 1991, o café havia sido incluído no grupo 2B (possivelmente carcinogênico para humanos), e o mate, no 2A.

As substâncias consideradas reconhecidamente cancerígenas para os seres humanos (como o amianto) integram o grupo 1.

No grupo 3 ficam os produtos para os quais não há evidência suficiente (em quantidade de estudos e/ou confiabilidade dos dados) que permita classificá-los.

Já as substâncias para as quais há fortes evidências de que são provavelmente não cancerígenas para humanos ficam no grupo 4.

