



DESREGULADORES ENDÓCRINOS E LECTINAS: JÁ OUVIU FALAR?

12 DE NOVEMBRO DE 2019

|
NO COMMENTS

|
COLUNISTA-CAPA, COLUNISTAS

É assustadora a omissão sobre os dois principais inimigos contemporâneos da saúde humana que estão presentes em alimentos e nos mais diversos produtos de consumo. Essas substâncias e proteínas põem em risco o mais sofisticado produto da evolução – nosso cérebro – além de provocar outras doenças

*Por José Eli da Veiga**

Foto: Sara Bakhshi/ Unsplash

A conquista de bem-estar, principalmente por alimentação saudável e outros “cuidados com o corpo”, tem incentivado cada vez mais celebridades “saradas” – que conseguiram dar a volta por cima após vencer a obesidade – a compartilharem seus aprendizados e trajetórias. Fato extremamente bem-vindo, mas que, infelizmente, também ilustra o quanto está raso, no Brasil, o debate público sobre a saúde e a longevidade humanas.

Em grande parte, devido à “afasia dos médicos”, conforme coluna no jornal *Valor Econômico* do último 28 de junho. Parece que os nossos doutores ainda não tiveram tempo para assimilar os resultados das pesquisas que mostram quão calamitosos podem ser muitos dos atuais hábitos alimentares e de cuidados pessoais, tanto higiênicos como estéticos.

Eloquentes amostras apareceram, entre 10 e 12 de setembro, em artigos de opinião na *Folha de S.Paulo*, sobre o “futuro da comida” e sobre “a velhice”. Neles, duas altas patentes da luta por bem-estar, os socialites Lucilia Diniz e Nizan Guanaes, escancaram o contraste entre otimistas especulações futuroológicas (que vão da nanomedicina aos modernos hospitais chineses) e assustadoras omissões sobre os dois principais inimigos contemporâneos da saúde humana: os “desreguladores endócrinos” e as “lectinas”.

Você só pode ter estranhado essas duas expressões, pois elas ainda nem pertencem ao acanhado repertório das mídias nacionais, ao contrário do que vem acontecendo no Hemisfério Norte. O Prêmio Europeu de Jornalismo Investigativo foi dado, no início de 2018, aos autores de uma série de reportagens do jornal *Le Monde* sobre a estratégia da Monsanto (hoje, Bayer) para forçar o uso do glifosato, o mais famoso espécime de “desregulador endócrino”. O fato levou o Parlamento Europeu a criar uma comissão especial sobre a questão. E, desde o início de 2017, *The New York Times* já havia incluído em sua notável lista de best-sellers a referência básica sobre o perigo das “lectinas”: o livro *O Paradoxo dos Vegetais* (Editora Paralela, 2019), do médico Steven R. Gundry.

O que é desregulador endócrino?

Uma infinidade de substâncias compostas principalmente por bromo, cloro e flúor, como os parabenos, bisfenóis, ftalatos, perfluorados, triclosanos e bifenilos policlorados (PCBs) são oficialmente denominados desreguladores endócrinos pela Sociedade Brasileira de

Endocrinologia (SBEM). Antigamente também chamados de “disruptores”, “interferentes” ou “perturbadores”, são poluentes sintéticos que transtornam o funcionamento das glândulas controladoras do metabolismo, funções reprodutivas, crescimento, sistema nervoso e desenvolvimento cerebral. Órgãos que vão das suprarrenais e pâncreas aos testículos e ovário, passando pelo eixo estratégico tireoide/hipófise.

Além de provocarem doenças como diabetes e obesidade, são eles os causadores das brutais explosões de casos de crianças com déficit de atenção, hiperatividade, baixíssimo QI, autismo e outras deficiências cognitivas.

Mesmo assim, são tóxicos extremamente comuns em alimentos industrializados, cosméticos, produtos de cuidados pessoais (como sabonetes, loções, desodorantes e dentifrícios), plásticos, tecidos sintéticos, colchões, materiais de construção e, obviamente, produtos de limpeza e praguicidas domésticos.

São desreguladores endócrinos algo como 150 mil produtos químicos de amplo consumo, em alguns casos, autênticas minas antipessoais. Todos vendidos pelo comércio varejista, sem qualquer tipo de cuidado e informação, ao contrário do que ocorre com muitos remédios e alguns agroquímicos, pois destes se exige, em princípio, receituário e instruções de uso, além de explícitos alertas sobre os riscos.

O que é lectina?

São proteínas onipresentes em cereais, leguminosas, batata-inglesa e alimentos oriundos de animais empanturrados por rações fartas em grãos. Têm forte propensão a atravessar a parede intestinal, causando fissuras, condição conhecida como “síndrome do intestino permeável”. Uma vez no sangue, elas confundem o sistema imune, dando origem a várias doenças autoimunes, artrites, cardiopatias, diabetes e demências, além de causarem óbito precoce.

Os vários recursos da espécie humana contra tão feroz artilharia, capazes de amenizar os piores efeitos, têm se mostrado insuficientes para lhe garantir a imprescindível tolerância imunológica. Daí, a imperiosa necessidade de dar prioridade a alimentos com baixos teores em lectinas, o que só torna mais evidente a necessidade de se romper com os cânones de produção e consumo promovidos pela dominante agroindustrial dos negócios alimentares. Problema que vai muito além dos bem mais recentes réus: os ultraprocessados.

A rigor, até agora os intestinos humanos não conseguiram se adaptar a uma alimentação excessivamente carregada de açúcar, arroz, batata, carnes, laticínios, milho, soja, trigo e óleos com gorduras trans. Por isso, esses nove grandes vetores do agronegócio global estão turbinando as piores bactérias intestinais, em detrimento das amigáveis, que deveriam, ao contrário, merecer toda a atenção e carinho.

Quem melhor explica o perigo dos desreguladores?

A melhor fonte sobre os desreguladores é a endocrinologista britânica Barbara Demeneix, autora do livro: *Toxic Cocktail*, publicado, em 2017, pela Oxford University Press. Além de manter o site, foi ela a protagonista de documentário para televisão que pode ser acessado em neste vídeo (é o terceiro da segunda linha).

O filme também contou com depoimentos de vários outros pesquisadores de renome, entre os quais: Brenda Eskenazi (Universidade da Califórnia/Berkeley), Virginia Rauh (Universidade de Columbia), Irva Hertz-Picciotto (Universidade da Califórnia/Davis), Tom Zoeller (Universidade de Massachusetts/Amherst) e Arlene Blum (Green Science Policy Institute).

Mas as evidências sobre os perigos dos desreguladores não são tão recentes quanto sugerem as datas do livro e do filme. Já em 2009, as cinquenta páginas do *Statement of the Endocrine Society on Endocrine-Disrupting Chemicals* haviam salientado o quanto eles podem ser deletérios à inteligência. Em especial, a altíssima probabilidade de sério dano à formação do cérebro do feto, sempre que a gestante tenha tido contato com tais poluentes nos primeiros meses da gravidez. Alerta ratificado por recente meta-análise realizada sob a liderança de Barbara Demeneix, que está no periódico *Endocrine Connections* (2018, 7, R160-R186). Uma revisão de 433 trabalhos, intitulada *Thyroid-disrupting chemicals and brain development: an update*.

A principal mensagem disto tudo é que estará comprometido o mais sofisticado produto da evolução – nossos cérebros – caso não haja mudança radical no padrão comum a vários complexos industriais organizados no século passado. Desde o químico até seus dependentes nas cadeias alimentar, cosmética e farmacêutica.

E sobre a lectina? Qual a melhor fonte?

Com certeza, o já citado Steven R. Gundry, uma das mais consagradas autoridades mundiais em cirurgia cardíaca, que, nos últimos vinte anos, preferiu se dedicar integralmente à nutrologia. Reviravolta muito bem explicada e justificada em seu mais novo trabalho, lançado em março: *The Longevity Paradox* (HarperLuxe, 2019).

As pesquisas de Gundry baseiam-se essencialmente na recentíssima compreensão dos papéis desempenhados pela microbiota intestinal (antigamente chamada de “flora”). O que só ficou possível a partir de 2007, com o estratégico Projeto Microbioma Humano, dos Institutos Nacionais de Saúde dos EUA. Não é por outro motivo que, até há pouco, nem constava dos currículos das escolas médicas e de nutrição a fulcral conexão intestino-cérebro.

Então, o pior nem se chama agrotóxico?

Não é bem assim. Os praguicidas químicos, que constituem a parte mais visível do imenso conjunto formado pelos desreguladores endócrinos, são, seguramente, de alta periculosidade. Não poderiam ser mais mentirosas as alegações dos executivos da divisão agrícola da Bayer – publicadas na seção “Agronegócios” do jornal *Valor* do último 3 de outubro – em clara tentativa de prolongar a aceitação do monstruoso glifosato. Tal periculosidade foi estabelecida, em 2015, na *Monografia 112* da Agência Internacional de Pesquisa em Câncer (IARC), vinculada à OMS.

Exatos dois anos depois, a Justiça americana fez devassa na maior produtora mundial de agrotóxicos (então Monsanto, hoje Bayer), com perquisição de documentos e e-mails. A investigação revelou que seus funcionários estavam bem a par da natureza cancerígena dos produtos com os quais lidavam.

O escândalo foi decisivo para que um júri de São Francisco (Califórnia, EUA) proferisse inusitada sentença favorável a um zelador de escola condenado à morte por câncer linfático. Criou precedente para a longa fila de mais de dezoito mil processos similares, que aguardam julgamento.

Cabe perguntar por que tal jurisprudência surgiu tão pouco tempo depois que o licenciamento do mesmo herbicida foi renovado por cinco anos na União Europeia e por três em alguns de seus países-membros mais sensíveis aos dramas da saúde ambiental. Será que as provas que sensibilizaram os jurados de San Francisco não convenceram a maioria dos representantes dos 28 Estados na Comissão Europeia e dos 577 deputados da Assembleia Nacional da França?

Nada disso. O que pesou nas decisões não foi a nocividade do veneno, aspecto sobre o qual já não restam dúvidas. O argumento que impediu a cassação do licenciamento foi o risco de imediata e brutal queda das colheitas por não haver substitutivo amigável.

Alternativa até existe, como demonstra o empresário Leontino Balbo em vídeo de 18 minutos. Mas a adoção de seu método tem dois pré-requisitos dos quais fazendeiros da agricultura patronal brasileira costumam fugir como o diabo da cruz: conhecimento e trabalho. Detestam estudar e ter de lidar com muitos empregados. Mesmo assim, em outros países, tem sido bastante promissor o avanço dos sistemas agropecuários alternativos, sejam eles “orgânicos”, “biológicos”, “biodinâmicos”, “naturais”, ou da “permacultura”. Conforme os dados da Ifoam Organics International, um contingente superior a 3 milhões de produtores, dos quais mais de um terço na Ásia e quase tanto na África.

José Eli da Veiga, professor sênior do Instituto de Estudos Avançados da USP, é autor de “O Antropoceno e a Ciência do Sistema Terra” (Ed. 34, 2019) e mantém dois sites: www.zeeli.pro.br e www.sustentaculos.pro.br