

seu papel na prevenção da doença cardiovascular

A soja assumiu uma posição privilegiada em muitos cardápios por aí... O que ela tem a ver com a saúde humana?

A sociedade, cada vez mais, demonstra preocupação pelas possíveis relações entre os nutrientes que recebe e sua saúde. Embora exacerbada recentemente, essa preocupação data já de tempos imemoriais, cerca de 400 a.C., quando Hipócrates postulou o seguinte princípio: "Deixe o alimento ser teu remédio e o remédio ser teu alimento". Hoje, mais de 2400 anos depois, essa filosofia é atual e serve de paradigma para a nova modalidade de produtos conhecidos como promotores da saúde: aqueles que proporcionam um benefício fisiológico adicional além daquele de satisfazer as necessidades nutricionais básicas. (HASLER, 1998).

Recentes conferências e workshops internacionais atestam essa realidade, constatando que o público reconhece a forte conexão

entre saúde e nutrição. Isso desencadeia em um grande aumento da expectativa de vida para a população global, o que conduz ao aumento de pessoas idosas, aumentando, assim, os níveis da necessidade por dietas relacionadas a doenças. A par disso, as pessoas estão, cada vez mais, preocupadas com a alimentação funcional, e consumindo alimentos que auxiliem na prevenção de doenças ou deficiências. A sabedoria popular fixou em provérbios algumas dessas convicções, atribuindo, por exemplo, à modesta maçã autênticas propriedades profiláticas: *an apple a day keeps the doctor away* (Uma maçã por dia mantém o médico longe).

"As pessoas estão, cada vez mais, preocupadas com a alimentação funcional, e consumindo alimentos que auxiliem na prevenção de doenças ou deficiências"