

DM4Yo

POTENCIAL DA DIETA MEDITERRÂNICA NO AUMENTO DA QUALIDADE DE VIDA

+ sustentabilidade + saúde

LA 1.3. Dieta Mediterrânica

LA 1.4. Comunicação

Graça Pacheco de Carvalho

BENEFICIÁRIO:



PARCEIROS:



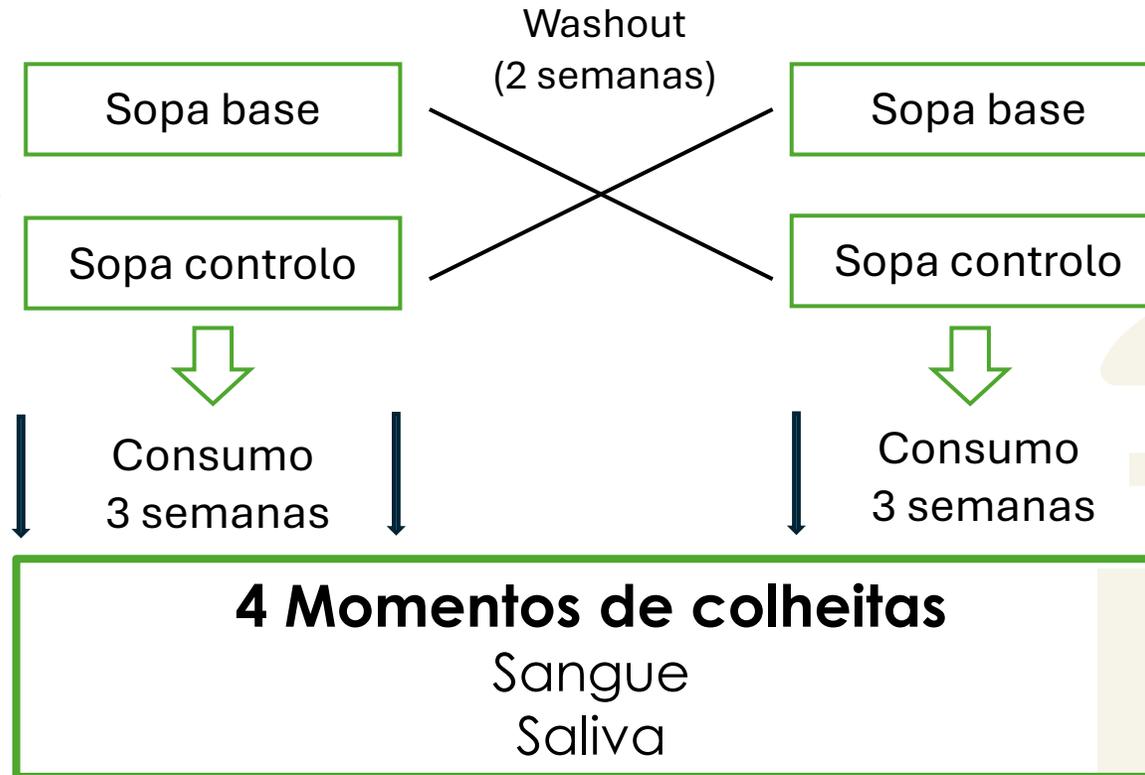
ENSAIO CLÍNICO

Seleção das sopas

40-50 } 20 - homens
 } 20 - mulheres

60-70 } 20 - homens
 } 20 - mulheres

80
participantes



Análise proteómica do plasma sanguíneo

Optimização de protocolos

Seleção do método de análise

Confirmação de proteínas
(LIST – Luxemburgo)



Enriquecimento funcional através de “gene set enrichment analysis” (GSEA)

“REACTOME”, “MSigDB”,
“KEGG” e “GO_TERM Biological Processes



Investigador José Pedro Castro, do Instituto de Investigação e Inovação em Saúde, I3S

Sociedade

Que segredos escondem os genes de quem vive até aos 100 anos? Um investigador português foi descobrir

Investigação revelou importantes pistas sobre os mecanismos genéticos que permitem a algumas pessoas viverem até para lá dos 100 anos.

Rui Frias

Publicado a: 19 Dez 2024, 12:41

Atualizado a: 19 Dez 2024, 12:41



Siga nos 

As hipóteses de uma pessoa viver até aos 100 ou mais anos já estão, em grande medida, pré-definidas à nascença, através de características genéticas.

Uma investigação conduzida por cientistas da Harvard Medical School, com a participação do investigador português José Pedro Castro, atualmente no Instituto de Investigação e Inovação em Saúde da Universidade do Porto (I3S), revelou importantes pistas sobre os mecanismos genéticos que permitem a algumas pessoas viverem até para lá dos 100 anos. O estudo, publicado na prestigiada revista *Nature Communications*, identificou genes livres de mutações disfuncionais que parecem ser determinantes para a longevidade e envelhecimento saudável.

VALOR NUTRICIONAL POR SOPA:

| | | | | |
|-------------|--|--|--|-----|
| FCNAUP | | | | 680 |
| INIAV Elvas | | | | 85 |
| ESBE | | | | 153 |

ANÁLISE SENSORIAL:

| | | | | |
|--------------|--|--|--|------|
| INIAV Oeiras | | | | 6800 |
|--------------|--|--|--|------|

INQUÉRITOS:

| | | | | |
|---------------------------------|--|--|--|------|
| Inq GERAL | | | | 9072 |
| Inq ATIVIDADE FISICA | | | | 729 |
| Frequencia Alimentar ÚLTIMO ANO | | | | 6885 |
| Frequencia Alimentar ÚLTIMO MÊS | | | | 6885 |
| Frequencia Alimentar CROSSOVER | | | | 6885 |
| Frequencia Alimentar WASHOUT | | | | 6885 |

CLINICAS:

| | | | | |
|------------------|--|--|--|------|
| SANGUE | | | | 3564 |
| PRESSÃO ARTERIAL | | | | 648 |
| MASSA CORPORAL | | | | 243 |

PROTEÓMICA

| | | | | |
|----------|--|--|--|------|
| NOVA-FCT | | | | 3200 |
| Uévora | | | | 3200 |

55 914
TOTAL DADOS
OBTIDOS

| | | |
|-------------------------|--|--|
| SANGUE | | |
| HbA1C | | |
| Glicose Estimada (mgdL) | | |
| Fibrinogénio (mgdL) | | |
| Glucose (mgdL) | | |
| Col total (mgdL) | | |
| Col HDL (mgdL) | | |
| Triglicéridos (mgdL) | | |
| PCR (mgdL) | | |
| CistatinaC (mgl) | | |
| eGFRFAS (mml minm2) | | |
| eGFRCKD.EPI2012 | | |

PRINCIPAIS RESULTADOS – Análise Estatística

- Redução dos valores médios nas 2 faixas etárias
- Aumento dos valores médios nas 2 faixas etárias

Em execução:**Livro “A Ciência da Sopa”****Manuscritos:**

Effects of soup consumption on metabolic and inflammatory markers: an intervention study”

“Mediterranean diet and quality of life: Biomarker-based evidence”

Randomised crossover intervention trial with basic and fortified soups: Experimental protocol and sample characterisation’

“Study of the influence of consuming Mediterranean Diet soup on blood biochemical parameters in a clinical trial”

Projeto final Mestrado:

Eduardo Costa-Camilo (Concluído)

Beatriz Rovisco Pais

Filomena do Rosário

**Estágios de projeto final de Licenciatura**

Carolina Esteves

Anastácia Kushch

Carolina Rocha



<https://dm4you.ipportalegre.pt/>



Muito Obrigada !

gpcarvalho@ippportalegre.pt

