



## TECNOLOGIA

# Ingerir menos calorias atrasa o envelhecimento

## Descoberta feita pela Universidade de Coimbra

Por: [Redação](#) | há 28 minutos

Investigadores do Centro de Neurociências e Biologia Celular (CNC) de Coimbra descobriram um novo mecanismo que explica o atraso no envelhecimento com a diminuição do consumo de calorias.

Uma equipa de investigadores do CNC da Universidade de Coimbra (UC), liderada por Cláudia Cavadas, «descobriu um novo mecanismo que explica a forma como a diminuição do consumo de calorias atrasa o envelhecimento», afirma a UC numa nota divulgada.

O estudo foi publicado na última edição da revista norte-americana «Proceedings of National Academy of Sciences (PNAS)».

A investigação do CNC «descreve um mecanismo inédito que explica que a redução de calorias aumenta a molécula 'neuropeptídeo Y' (NPY)», a qual é responsável por estimular a 'reciclagem celular', acrescenta a UC.

A 'reciclagem celular', denominada autofagia, foi estudada nos «neurónios de uma zona do corpo, o hipotálamo».

ESTE WEBSITE UTILIZA CÓDICES QUE TÊM FUNCIONALIDADES QUE MELHORAM A SUA NAVEGAÇÃO. AO CONTINUAR A NAVEGAR, ESTÁ A CONCORDAR COM A SUA UTILIZAÇÃO. SÁBIA MAIS SOBRE O QUE SÃO COOKIES.

Os resultados obtidos sugerem que «a redução de calorias, em percentagens de 20% a 40%, sem se prescindir de nutrientes, pode atrasar o envelhecimento em ratinhos, por aumentar a produção de NPY, que estimula, por sua vez, a autofagia no hipotálamo», explica a mesma nota

A investigação, realizada durante «cerca de três anos no CNC» e que envolveu vários especialistas, «mostra, pela primeira vez, que o NPY no hipotálamo é um elemento fundamental para que ocorra um aumento da autofagia induzida pela restrição calórica», sublinha Cláudia Cavadas.

A comunidade científica já sabia que a diminuição de calorias atrasa o envelhecimento, mas este estudo do CNC descobriu que «o NPY explica como esse atraso ocorre no

hipotálamo, e é nesta molécula que poderá estar a chave para combater os impactos negativos do envelhecimento», explica a investigadora à Lusa.

Mapas grátis e caminhos

Obtenha mapas, rotas e Trânsito Condições - obter aplicativo!

PUB

## PARTILHAR

Iniciar sessão

Tweetar 1

## MAIS SOBRE ESTE TEMA

### Dormir menos 30 minutos pode causar diabetes e obesidade

EM BAIXO: Obesidade (Reuters)



## COMENTÁRIOS



Adicionar um comentário...

Publica também no Facebook

Publicar como **Center for Neuroscience a...**

Comentar

Plugin social do Facebook

## TECNOLOGIA

### Ingerir menos calorias atrasa o envelhecimento