



[Sexo Forte](#) | [Únicas](#) | [Deveres & Direitos](#) | [Poupar & Gastar](#) | [Artes & Sabores](#) | [Planeta](#) | [Saúde & Bem-Estar](#) | [Moda & Beleza](#) | [Escrivadinha](#)

[Deveres e Direitos](#) | [Trabalho](#) | **Portugal teve a maior queda da taxa de emprego**

## Calorias e envelhecimento

Saúde e Bem-Estar - Ordem do dia

21-03-2015

Uma equipa de investigadores do Centro de Neurociências e Biologia Celular (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.

A investigação do CNC, publicada na última edição da revista norte-americana *Proceedings of National Academy of Sciences* (PNAS), descreve um mecanismo inédito que explica que a redução de calorias aumenta a molécula neuropeptídeo Y (NPY), responsável por estimular a «reciclagem celular». O grupo estudou esta situação, também chamada de autofagia, nos neurónios de uma zona cerebral responsável pelo envelhecimento do corpo, o hipotálamo.

Os resultados sugerem que a redução de calorias, em percentagens de 20 a 40 por cento, 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.

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

Apesar de a comunidade científica já possuir o conhecimento de que a diminuição de calorias atrasa o envelhecimento, o grupo de investigação 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.



As investigadoras



Mais opções

### Artigos relacionados

- 07-12-2010 **Portugal envelhecido**
- 25-04-2011 **Chifres de rinoceronte levados do Museu da Ciência**
- 09-06-2011 **VIH controla-se com emprego e educação**
- 26-07-2011 **Antártica dá prémio a investigador português**
- 15-11-2010 **Coimbra quer ser Património Mundial**

#### Únicas

Morreu a duquesa de Alba  
Jennifer Law rence eleita mulher mais sexy  
Lupita Nyong'o: A mulher mais bonita do mundo  
Joan Fontaine, a *Rebecca*, morreu aos 96 anos  
Missy Franklin atingiu as seis medalhas

#### Poupar & Gastar

DECO: Telecomunicações lideram queixas  
Portugal: Transportes públicos não aumentam em 2015  
Um terço dos portugueses tem medo de andar de avião  
Portugal tem mais milionários  
Famílias portuguesas em maiores dificuldades

#### Planeta

Eclipse do Sol exige cuidados  
Janelas poderão substituir painéis foto-voltaicos  
Aves das Galápagos: flores compensam falta de insetos

#### Deveres & Direitos

Portugal teve a maior queda da taxa de emprego  
Pais «criam» crianças narcisistas  
*Internet* mais popular  
*Cansada* contra a violência doméstica  
Mulheres sem igualdade salarial

#### Artes & Sabores

GNR com novo disco  
Encontrada história perdida de Sherlock Holmes  
Scarlett Johansson lança banda de mulheres  
Porto acolhe Festival de Fado  
Eunice Muñoz e Luís Miguel Cintra laureados

#### Saúde & Bem-Estar

Calorias e envelhecimento  
OMS combate hepatite  
Portugueses inovam na saúde mental perinatal

## PUBLICIDADE



Mais opções

## SONDAGEM

O que pensa das medidas exigidas pelo FMI e a UE para Portugal ultrapassar a crise?

- Penalizam mais a classe média
- Penalizam mais a classe alta
- Penalizam mais os mais desfavorecidos
- Penalizam mais as empresas
- Penalizam mais a banca

[Votar](#) [Resultados](#)

## SIGA-NOS NO FACEBOOK!



## MAIS LIDAS

- Mulher sabe se um homem é virgem através da orelha
- Universidades procuram as mais feias
- Psoríase é doença crónica
- Cuidados paliativos em crianças ainda sem rede de suporte
- Berço inovador evita bolçar dos bebés

## PUBLICIDADE

gsk

NEW  
Aquafresh MULTI ACTION  
Sugar Acid Protection

Proteção fornecida pelo flúor, com duas escovagens diárias

Aquafresh  
Proteção que sabe bem

## PARCERIAS