

"Canetinhas" para o cérebro

Pesquisador explica, em artigo, mecanismo pelo qual os agonistas do GLP-1 — hormônio presente nas drogas emagrecedoras — atua contra a inflamação celular, podendo contribuir no tratamento de doenças neurovegetativas

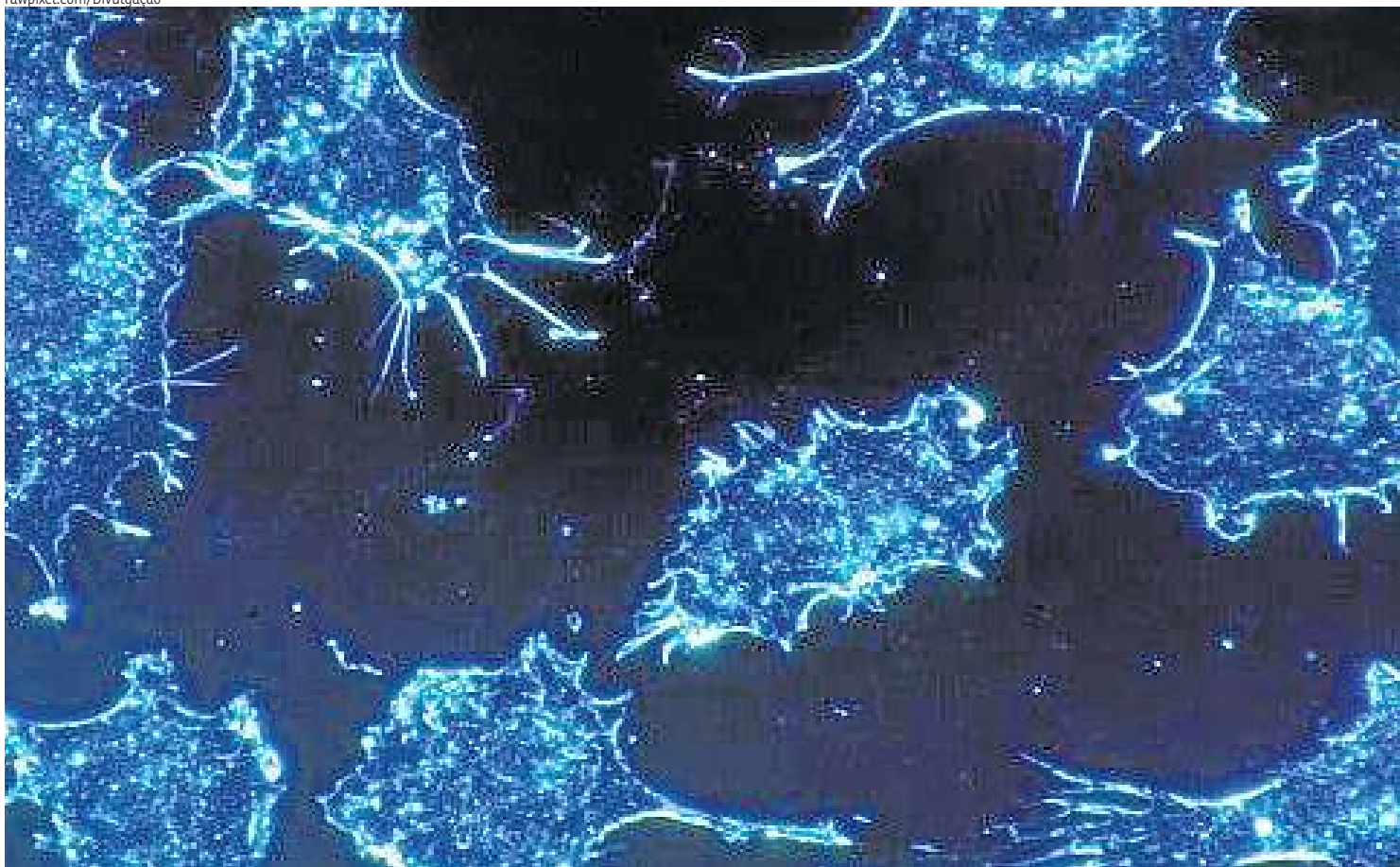
» PALOMA OLIVETO

Desenvolvidos originalmente para diabetes 2, os chamados agonistas do GLP-1, um hormônio presente em alguns medicamentos, têm demonstrado diversos efeitos colaterais benéficos em pesquisas clínicas. O emagrecimento é um deles e foi o que garantiu sucesso desses medicamentos, como oземpic e trulicity, geralmente aplicados com uma caneta. Porém, o potencial anti-inflamatório das drogas à base da substância também chama a atenção de cientistas que enxergam, no futuro, seu uso para combater doenças neurodegenerativas, como Parkinson e Alzheimer.

Um dos precursores nos estudos dos GLP-1, Daniel Drucker, endocrinologista da Universidade de Toronto, no Canadá, destaca, em um artigo publicado na revista *Cell Metabolism*, que, embora conhecida pelos efeitos metabólicos, a substância age, essencialmente, no cérebro. Como pesquisas já encontraram associação entre as drogas e redução de inflamação no caso de doenças cardiovasculares e cirrose hepática, pesquisadores acreditam que elas possam fazer o mesmo com neurônios.

Drucker explica que a inflamação é o processo pelo qual o sistema imunológico reconhece e remove agentes estranhos, como vírus e bactérias, e promove a cura. Na forma crônica, entretanto, a condição pode persistir sem causa externa, provocando danos aos órgãos. O pesquisador diz que, como as células imunitárias existem na maioria dos órgãos, acreditava-se que as famosas canetinhas reduzem o processo inflamatório ao interagir com os receptores de GLP-1 nessas estruturas. Para o intestino é uma explicação, pois ele contém um número substancial de células do sistema imunológico.

rawpixel.com/Divulgação



Pesquisas clínicas indicam efeitos positivos em casos de Parkinson e Alzheimer, pois a substância age diretamente na área cerebral

Mas isso, para outros órgãos, onde estruturas com receptores de GLP-1 são quase inexistentes é diferente. "O estranho é que não é possível encontrar muitos receptores de GLP-1 em todos esses outros órgãos onde ele parece funcionar. Isso indica outro mecanismo em jogo", diz Drucker.

Segundo o pesquisador, a relação cerebral com a ação anti-inflamatória poderia ter fundamento em dois fatos: os receptores de GLP-1 são abundantes no cérebro, e esse órgão, além do sistema imunológico,

se comunica com todo o organismo. Para confirmar a hipótese, ele se aliou a Chi Kin Wong, cientista do Instituto Samuel Luennfeld, em Toronto, e conduziu uma pesquisa em animais.

Wong induziu a inflamação sistêmica em camundongos injetando bactérias causadoras de seps (antes chamada de septicemia ou infecção no sangue), uma condição que provoca danos em todos os órgãos. Os agonistas do GLP-1 reduziram a inflamação, mas apenas quando os seus receptores no cérebro foram deixados

desbloqueados. Quando inibidos farmacologicamente ou removidos geneticamente, a capacidade anti-inflamatória foi perdida.

"As descobertas demonstraram pela primeira vez que existe um eixo GLP-1-cérebro-imune que controla a inflamação em todo o corpo independentemente da perda de peso, mesmo em órgãos periféricos desprovidos de receptores de GLP1", diz Drucker.

Esse potencial de agir no cérebro e reduzir inflamações torna os medicamentos GLP-1

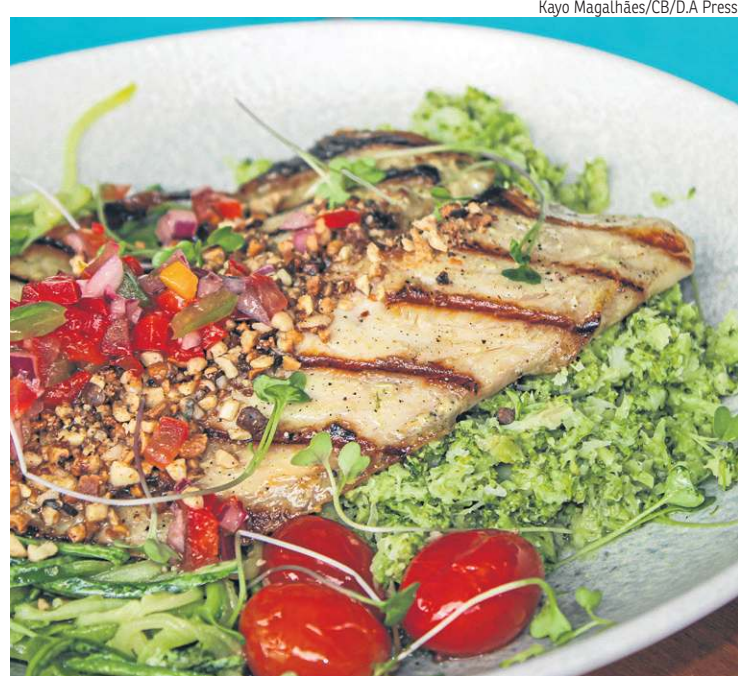
promissores no tratamento de doenças neurodegenerativas, destaca Anne-Claude Gingras, vice-presidente de Pesquisa da Sinai Health, nos Estados Unidos. Alzheimer e Parkinson, por exemplo, são caracterizados pela neuroinflamação, um mecanismo pouco atacado pelos tratamentos atuais. Nos dois distúrbios, proteínas patológicas interagem com determinados receptores induzindo a uma tempestade de fatores inflamatórios.

"O estudo aprofunda nossa

» Jejuar inibe inflamação

Pesquisadores da Universidade de Cambridge podem ter descoberto uma nova maneira pela qual o jejum ajuda a reduzir a inflamação. Em uma pesquisa publicada na *Cell Reports*, a equipe descreve como o hábito aumenta os níveis de uma substância química no sangue conhecida como ácido araquidônico, que inibe processos inflamatórios. Os pesquisadores dizem que isso também pode ajudar a explicar alguns dos efeitos benéficos de medicamentos como a aspirina. O estudo foi realizado com 21 voluntários, que ingeriram uma refeição de 500 calorias, jejuaram por 24 horas, e consumiram um segundo prato também com 500 calorias.

compreensão do metabolismo e da complexa rede imunológica cerebral que a regula", avalia Gingras, que não participou da pesquisa. Ela ressalta, porém, que há muito o que se estudar antes de imaginar estudos clínicos para neurodegeneração com medicamentos à base de GLP-1. Daniel Drucker também ressalta que, para combater enfermidades como Alzheimer e Parkinson é preciso, além da ação anti-inflamatória, um mecanismo que estimule o nascimento de novos neurônios.



Tilápia da casa do restaurante The Plant. Na foto, o chef Filipe Couto

Peixes e vegetais: ótimos aliados

Casos de doença inflamatória intestinal — grupo que inclui Crohn e colite ulcerosa — aumentam no mundo, e a alimentação é apontada como um dos fatores que contribui para isso. Uma dieta de alta qualidade aos 12 meses de vida pode reduzir significativamente o risco de desenvolver a condição mais tarde, segundo um estudo de longo prazo, publicado ontem na revista *Gut*.

O consumo farto de peixe e vegetais e ingestão mínima de bebidas açucaradas nessa idade podem ser fundamentais para proteger o intestino, afirmam os pesquisadores da Universidade de Gotemburgo, na Suécia. Nesse estudo há dados de dois levantamentos nacionais. Um deles com 21,7 mil crianças; o outro com 114,5 mil, acompanhadas desde a década de 1990, quando nasceram, até 2021. Os pais responderam a um questionário sobre a dieta dos filhos entre 12 e 18 meses e entre 30 e 36 meses.

A qualidade da dieta, obtida a partir da medição do consumo de carne, peixe, frutas, vegetais, laticínios, doces, salgadinhos e bebidas, foi avaliada por um índice nutricional, adaptado para crianças. A frequência semanal de grupos alimentares específicos também foi investigada.

Diets de média e alta qualidade ao primeiro ano foram associadas a um risco geral 25% menor de doença inflamatória intestinal.

O consumo elevado de peixe nesta idade foi especificamente relacionado à chance diminuída de se desenvolver a condição mais tarde: 54% a menos, comparado ao grupo que ingeria pouco o alimento.

O estudo não estabelece causa e efeito, mas os autores dizem, no artigo, que as descobertas "são consistentes com a hipótese de que a dieta no início da vida, possivelmente mediada por alterações no microbioma intestinal, pode afetar o risco de desenvolver DII".

Ambos os estudos destacam que o consumo de bebidas açucaradas aumentou em 42% o risco de doenças inflamatórias intestinais. Os pesquisadores

recomendam que as crianças sejam alimentadas com frutas, vegetais e peixes, e que os pais evitem produtos processados.

A médica nutróloga Marcela Gaez, diretora da Associação Brasileira de Nutrologia, destaca que o consumo exagerado de alimentos ultraprocessados e pró-inflamatórios têm um importante papel nas doenças inflamatórias intestinais, assim como fatores de estilo de vida, como má qualidade do sono e sedentarismo.

"As pessoas com esses problemas de saúde acreditam que eles sejam causados somente pela alimentação, mas há estudos que relacionam o cérebro e as emoções com a origem", alerta. (PO)

Aptidão física associada a risco menor de câncer de próstata

Um aumento anual de igual ou acima de 3% na aptidão cardiorrespiratória está associado a um risco 35% menor de desenvolver câncer de próstata, segundo uma pesquisa publicada no *British Journal of Sports Medicine*. A descoberta levou os investigadores a concluir que os homens devem ser encorajados a melhorar o desempenho em atividades físicas para diminuir a chance de terem a doença.

Existem relativamente poucos fatores de risco conhecidos para o câncer de próstata, observam os pesquisadores. Embora haja

boas evidências dos efeitos benéficos da atividade física na proteção contra várias doenças oncológicas, as associações com esse órgão são menos claras.

Liderados pelo Escola Sueca de Esportes e Ciências da Saúde GIH, em Estocolmo, os pesquisadores utilizaram um banco de dados nacional. Eles coletaram informações sobre atividade física, estilo de vida, percepção de saúde, medição de massa corporal e altura, e resultados de pelo menos dois testes de aptidão cardiorrespiratória, em bicicleta ergométrica, de 57.652 homens.

Classificação

Para avaliar se a mudança na capacidade física influenciou o risco de câncer de próstata, foram criados três grupos de aptidão cardiorrespiratória: baixa, moderada e alta. Todos os participantes foram acompanhados desde a data da última avaliação até 31 de dezembro de 2019. Durante um período médio de quase sete anos, 592 homens (1% da amostra total) foram diagnosticados com câncer de próstata e 46 (0,08%) morreram da doença. Um aumento percentual anual

na aptidão cardiorrespiratória absoluta foi associado a um risco 2% menor de câncer de próstata, mas não de morte. Os pesquisadores contabilizaram fatores potencialmente influentes, incluindo idade, nível de escolaridade, ano de teste, peso (IMC) e tabagismo.

Quando os participantes foram agrupados de acordo com variações na aptidão cardiorrespiratória, aqueles cuja capacidade melhorou 3% ou mais por ano tinham 35% menos probabilidade de desenvolver câncer de próstata, comparado aos que, ao contrário, tiveram a

aptidão diminuída. A associação foi estatisticamente significativa (15% inferior) para aqueles que, no primeiro teste ergométrico, foram classificados no grupo moderado.

Este é um estudo observacional, como tal, não consegue estabelecer fatores causais. Porém, os pesquisadores concluem: "Os resultados destacam a importância da aptidão cardiorrespiratória para o risco de câncer de próstata, o que tem sido difícil de determinar até agora. Melhorias na capacidade física em homens adultos devem ser encorajadas e podem reduzir o risco de câncer de próstata".

Nenad Stojkovic/Divulgação



Exercitar-se é o caminho