

Gordura que estimula o apetite

Ciências

Enviado por: Visitante

Postado em: 14/12/2009

Ácido palmítico inibe a liberação de hormônios que sinalizam a hora de parar de comer. Pesquisadores da Universidade do Texas descobriram um tipo de gordura que age diretamente no cérebro e parece explicar por que é tão difícil reprimir a gula. O estudo mostrou que o ácido palmítico, um tipo comum de gordura saturada, é extremamente eficaz em inibir a liberação de leptina e insulina, hormônios que sinalizam para as células do corpo que é hora de parar de comer. Abundante na carne vermelha, no leite e seus derivados, o ácido palmítico foi testado em roedores e comparado ao ácido oleico, um tipo de gordura insaturada encontrada no óleo de oliva, por exemplo, e considerado mais saudável. As duas substâncias foram injetadas diretamente no cérebro dos animais, aos quais, em seguida, foi oferecido um pequeno banquete. Os que receberam o ácido palmítico comeram mais e durante mais tempo. Além de reforçarem a ideia de que as pessoas devem diminuir o consumo de gordura saturada, os pesquisadores ressaltam a importância da descoberta para a compreensão dos mecanismos neurais da obesidade. O resultado da pesquisa foi publicado no Journal of Clinical Investigation. Este conteúdo foi publicado em 09/12/2009 do sítio Uol Notícias. Todas as modificações posteriores são de responsabilidade do autor original da matéria.