

---

## EDITORIAL 2

### Frutose e Obesidade na Regulação do Apetite pelo S.N.C.

Pesquisa realizada pela Universidade de Yale e publicada no primeiro número do JAMA (Journal Of The American Medical Association) deste ano identifica a **frutose** como mais um fator capaz de interferir no hipotálamo de maneira diferente de outro açúcar: a **glicose**.

O aumento de frutose foi acompanhado pelo aumento da prevalência de obesidade, e dietas com elevado teor de frutose parecem promover ganho de peso e resistência insulínica. Foi demonstrado que a ingestão de frutose produz menores aumentos nos hormônios sacietógenos comparada com a glicose. A administração de frutose leva ao aumento da ingestão alimentar em ratos, ao passo que a de glicose leva à saciedade.

É certo que a ressonância magnética mostrou diferenças de intensidade do fluxo sanguíneo no hipotálamo; porém mudanças metabólicas e da saciedade são resultados de fatores complexos como reguladores do apetite. Ex. diferentes tipos de alimentos, de acordo à sua composição, e moduladores de diferentes estatus, tanto inibidores como ativadores dessas funções - os neuropeptídeos cerebrais e intestinais.

É preciso muita cautela ao estabelecer causas sobre temas tão explorados pela mídia, já que estas viram mitos ou modismos com extrema facilidade e, com o

consequente prejuízo para o comportamento alimentar estabelecido culturalmente ao longo de gerações e também da economia geral.

Sabemos que a glicose, de acordo ao trabalho da Dra. Kathleen Page e colaboradores, produz mais saciedade à luz da ressonância magnética (desativação mais intensa da área do apetite no hipotálamo).

Quando correlacionamos a potente ação fisiológica da insulina temos que avaliar que o seu poder anabólico persistente pode gerar muito mais lipogênese que a simples ingestão de frutose em uma dieta nutrologicamente correta. Em um país, onde as frutas e vegetais carecem de importância cultural nutrológica, ainda competindo com os refrigerantes, é necessário cuidado ao levantar suspeitas sobre alimentos tão necessários à vida.

Dr José Alves Lara Neto  
*Vice Presidente da Associação Brasileira de Nutrologia*

Professor Dr Durval Ribas Filho  
*Presidente da Associação Brasileira de Nutrologia*

## REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA

Page KA, Chan O, Arora J, Belfort-DeAguiar R, Dzuira J, Roehmholdt B, Cline GW, Naik S, Sinhá R, Constable T, Sherwin R. Effects of Fructose vs Glucose on Regional Cerebral Blood Flow in Brain Regions Involved With Appetite and Reward Pathways. JAMA. 2013;309(1):63-70. doi:10.1001/jama.2012.116975.