

# Carne frita ou assada aumenta risco de demência, diz estudo



O **cozimento de carne** no forno, na grelha ou em frigideira libera substâncias químicas que podem **aumentar o risco de desenvolver demência**, sugerem pesquisadores norte-americanos.

Os chamados Produtos de Glicação Avançada (os AGE, da sigla inglesa *Advanced Glycation Endproducts*) têm sido associados a doenças como a **diabetes tipo 2**.

Ratos alimentados com uma dieta rica em AGEs apresentaram acúmulo de proteínas perigosas no cérebro e tiveram a **função cognitiva prejudicada**. Especialistas afirmaram que os resultados são 'convincentes', embora não forneçam 'respostas definitivas'.

AGEs são formadas quando **proteínas ou gorduras reagem com açúcar**. Isso pode acontecer naturalmente ou durante o processo de cozimento.

Pesquisadores da Icahn School of Medicine at Mount Sinai, em Nova York, testaram o efeito da AGEs em camundongos e pessoas. A experiência com animais, divulgada na publicação *Proceedings of the National Academy of Sciences*, mostrou que uma dieta rica em AGEs afeta a química do cérebro.

Isso leva a um acúmulo de proteína defeituosa beta-amiloide - uma característica da doença de *Alzheimer*. Os ratos que comeram uma dieta baixa em AGEs foram capazes de impedir a produção da proteína. Por outro lado, os ratos realizaram bem menos tarefas físicas e mentais depois de dietas ricas em AGEs.

Uma análise de curto prazo de pessoas com mais de 60 anos sugere uma ligação entre altos níveis de AGEs no sangue e o declínio cognitivo.

## TRATAMENTO EFICAZ

O estudo concluiu: "Relatamos que a demência relacionada à idade pode ser causalmente associada a altos níveis de alimentos com Produtos de Glicação Avançada. O mais importante, a redução da AGEs derivados de alimentos, é viável e pode ser uma estratégia de tratamento eficaz".

"Como a cura para a doença de Alzheimer continua a ser uma esperança distante, os esforços para evitá-la são extremamente importantes, mas este estudo deve ser visto como incentivador à continuidade dos trabalhos de pesquisa, mesmo sem fornecer respostas definitivas", comentou Derek Hill, professor da University College London.

Simon Ridley, da organização Alzheimer's Research UK, disse: "Diabetes havia sido previamente associada a um risco maior de demência, e este pequeno estudo fornece uma nova visão sobre alguns

## PESQUISA

Postado em 25/02/2014

---

dos possíveis processos moleculares que podem ligar as duas condições".

"É importante notar que as pessoas envolvidas neste estudo não sofrem de demência. Como o tema ainda não foi suficientemente estudado, nós ainda não sabemos como a quantidade de AGEs em nossa dieta pode afetar o nosso risco de demência".

**Fonte: BBC**