

## O SOBREPESO E O CÉREBRO

O excesso de peso pode alterar algumas estruturas do cérebro, é a conclusão a que chegaram pesquisadores da universidade de Cambridge, na Inglaterra. Eles compararam a substância branca do cérebro de pessoas com sobrepeso com a de indivíduos com peso normal. Essa pesquisa foi publicada na *Neurobiology of Aging*, 27 de julho de 2016.

A substância branca é formada por células que auxiliam a sustentação e a nutrição dos neurônios e por fibras que conectam diferentes áreas cerebrais. Os pesquisadores examinaram 473 pessoas com 20 a 87 anos de idade e observaram que o cérebro daqueles com sobrepeso ou obesas tinha um menor volume de substância branca, similar ao de indivíduos magros dez anos mais velhos.

O cérebro de uma pessoa gorda com 50 anos parecia o de uma pessoa magra com 60 anos. As diferenças se tornaram detectáveis a partir dos 45 anos. Apesar da redução da substância branca cerebral, as pessoas com sobrepeso aparentemente não perdem as habilidades cognitivas.

A respeito das habilidades cognitivas é interessante registrar-se o processo evolutivo da nossa espécie *Homo sapiens*. Ela surge há 200 mil anos na África Ocidental, há 70 mil anos ocorre a Revolução Cognitiva, ou seja, o *Homo sapiens* começa a formar estruturas ainda mais elaboradas chamadas culturas. O desenvolvimento subsequente dessas culturas humanas é denominado de história.

As transformações que levaram nossa espécie à Revolução Cognitiva tem como hipótese mais aceita, mutações ocorridas nos neurônios do homem primitivo. E tudo indica, inclusive essa pesquisa da Universidade de Cambridge, que o processo evolutivo tem aprimorado cada vez mais essa característica de modo a torna-la capaz de suportar situações adversas como a que a pesquisa apresenta.

Foi com a capacidade cognitiva em expansão que o *Homo sapiens* foi capaz há 12 mil anos promover a Revolução Agrícola com a domesticação de plantas e animais, dando origem aos assentamentos permanentes e deste chegou às Civilizações.