

# OBESIDADE – 19

## ALTERAÇÕES METABÓLICAS DO CORPO HUMANO

### PERSPECTIVA EVOLUCIONÁRIA

O ser humano tem uma história de 2,5 milhões de anos, fomos caçadores e coletores de raízes e sementes, como não tinha congeladores, comia o que tinha disponível no momento, se não tinha ficava sem comer. Há 40 mil anos, apareceram na Europa homens que eram anatomicamente semelhantes aos de hoje.

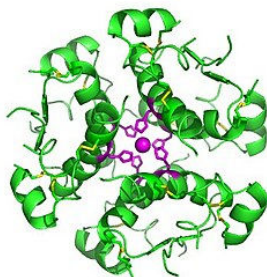
Nesta época começaram aparecer as ferramentas, nossos ancestrais viviam basicamente de caça e coleta de alimentos silvestres. A densidade populacional era baixa e os grupos familiares vagavam por um vasto território, caçando gamos, renas e cavalos. Como nem sempre havia caça nas redondezas e algumas plantas só davam frutos em determinadas estações do ano, os homens começaram a preocupar em estocar alimentos.

Há 20 anos atrás, houve um período de glaciação isto fez com que as populações humanas abandonassem o norte da Europa e refugiar no sul do continente, em busca de clima mais ameno. Com o aumento da populações os terrenos de caçam começaram a rarear. Uma refeição era suada, os homens enfrentavam animais, enquanto mulheres e criança coletavam sementes e frutos'

Continuamos a evoluir, tanto é que o homem da atualidade tem a sua disposição diferentes tipos de alimentos em casa, na geladeira e no frizer. Se evoluímos para sobreviver, os nossos corpos fizeram o mesmo.

A **insulina** é um bom hormônio, pois serve para estocar energia em forma de glicogênio e de gordura. Nos dias atuais, a vida moderna, apareceram a **hiperinsulemia** que bloqueia a ação da leptina e a **resistência a insulina** e nas duas condições desenvolvem a obesidade.

Em dois momento da nossa vida quando precisamos da leptina para que possamos ganhar e sobreviver como espécie. 1. Puberdade e 2. Gravidez. Nesta situação não queremos queimar nossos estoques de gorduras, então a insulina bloqueia o sinal da leptina no hipotálamo.



Molécula  
**Insulina**



Molécula  
**Leptina**

#### IMPORTANTE

AS DÚVIDAS E PERGUNTAS DEVERÃO SER LEVADAS AO SEU ESPECIALISTA PARA ESCLARECIMENTO.  
As informações disponíveis no site [www.bodytalklondrina.com.br](http://www.bodytalklondrina.com.br) possui caráter informativo e educativo.

Londrina (PR), 2 maio de 2018

*Dr. Luiz Carlos Bertoni*