

Aspartame pode desencadear alterações genéticas ligadas a câncer cerebral, afirma novo estudo

Os resultados foram publicados na revista científica Scientific Reports

Por O GLOBO — Rio de Janeiro

Muito utilizado na indústria para sucos e refrigerantes "zero", o aspartame é facilmente encontrado. Um novo estudo descobriu que o adoçante artificial, considerado "possivelmente cancerígeno" pela Organização Mundial de Saúde (OMS), pode desencadear alterações genéticas ligadas ao glioblastoma multiforme — um tumor cerebral maligno e agressivo.

De acordo com os pesquisadores, o crescimento tumoral não foi inalterado após o consumo de aspartame. No entanto, o microbioma intestinal dos camundongos parte da pesquisa sofreu uma mudança significativa. A abundância de bactérias pertencentes à família Rikenellaceae foi reduzida.

Além disso, a equipe percebeu que o aspartame estava ligada a expressões de genes que faziam com que o glioblastoma se tornasse ainda mais agressivo em camundongos. Uma das hipóteses é que isso ocorra devido a alterações na metilação do RNA ao longo da via da N6-metiladenosina (importante no papel de regulação da vida das células). Os resultados foram publicados na renomada revista científica Scientific Reports.

"Nossos resultados não apenas fornecem evidências cruciais para avaliar a segurança de adoçantes artificiais, mas também oferecem uma avaliação abrangente de seu impacto na progressão tumoral", concluem os autores da pesquisa.

Aspartame provoca pico de insulina

De acordo com pesquisadores do renomado Instituto Karolinska, na Suécia, o aspartame provoca picos elevados de insulina. O que, por sua vez, contribui para o acúmulo de placas de gordura nas artérias. Ao longo do tempo, isso pode levar a

níveis mais altos de inflamação e a um risco maior de ataques cardíacos e derrames. As evidências foram publicadas na revista científica Cell Metabolism.

Em estudos anteriores, foram encontrados ligações entre o consumo de substitutos do açúcar ao aumento de doenças crônicas, como doenças cardiovasculares e diabetes. Contudo, não se sabia como isso ocorria.

Assim, a equipe alimentou camundongos de laboratório com doses diárias de alimentos contendo 0,15% de aspartame por 12 semanas — uma quantidade que corresponde ao consumo de cerca de três latas de refrigerante diet por dia para humanos.

Como resultado, descobriram que em comparação com ratos sem uma dieta rica em adoçantes, os ratos alimentados com aspartame desenvolveram placas maiores e mais gordurosas em suas artérias e exibiram níveis mais altos de inflamação, ambos sinais de comprometimento da saúde cardiovascular.

Quando a equipe analisou o sangue dos camundongos, eles encontraram um aumento nos níveis de insulina após a entrada do aspartame.

Qual é o consumo máximo recomendado de aspartame?

A composição química do aspartame é o somatório de aminoácidos: ácido aspártico, fenilalanina e metanol.

Em 2023, a Agência Internacional de Pesquisa sobre o Câncer (IARC, da sigla em inglês), braço da Organização Mundial da Saúde (OMS), incluiu o aspartame no grupo 2B, se referindo à ele como uma substância "possivelmente cancerígena". Nesta categoria, existem evidências limitadas de estudos feitos em seres humanos e menos que suficientes em animais.

Dessa forma, a OMS recomenda que o limite de consumo diário de aspartame considerado seguro é de 40 mg por kg de peso corporal.

Ele é contraindicado para portadores de fenilcetonúria, uma doença congênita na qual a pessoa não consegue metabolizar a fenilalanina, o que exerce ação tóxica em vários órgãos.

<https://oglobo.globo.com/saude/noticia/2025/07/11/aspartame-pode-desencadear-alteracoes-geneticas-ligadas-ao-cancer-cerebral-afirma-novo-estudo.ghtml>

Veículo: Online -> Portal -> Portal O Globo - Rio de Janeiro/RJ