

Consumo de conservantes é associado a maior risco de câncer e diabetes, dizem estudos

Pesquisadores usaram estudo com mais de 100 mil pessoas acompanhados por anos em questionários regulares sobre alimentação e dados sobre como eram produtos consumidos

Por AFP — Londres

O consumo de certos conservantes, muito presentes na alimentação, está associado a uma frequência ligeiramente maior de cânceres e diabetes, segundo mostram dois amplos estudos franceses publicados nesta quinta-feira. Existem "múltiplas associações entre conservantes amplamente utilizados em alimentos e bebidas industriais presentes no mercado europeu e uma maior incidência de cânceres", em particular de mama e de próstata, segundo o primeiro desses estudos, publicado na revista BMJ.

O segundo, realizado pela mesma equipe do Instituto Nacional de Saúde e Pesquisa Médica e publicado na revista Nature Communications, conclui que existem "associações entre uma maior incidência de diabetes tipo 2 e um consumo mais elevado de vários conservantes muito utilizados". Esses dois estudos não permitem concluir que exista um mecanismo direto de causa e efeito entre essas patologias e o consumo dos aditivos em questão, mas fornecem indícios importantes nesse sentido graças à sua metodologia robusta.

Os pesquisadores, liderados pela epidemiologista Mathilde Touvier, basearam-se no estudo de uma ampla amostra de franceses — mais de 100 mil pessoas — acompanhados durante vários anos por meio de questionários muito regulares sobre sua alimentação, assim como de dados precisos sobre a composição dos produtos consumidos.

Eles concluem que o consumo de vários conservantes — em particular sorbatos, sulfitos e nitritos — está associado a uma maior frequência de cânceres. A associação mais forte é observada entre o nitrito de sódio (E250) e o câncer de próstata, cujo risco aumenta em cerca de um terço.

Alimentos ultraprocessados são risco para a saúde

Esse nível de risco continua sendo limitado em escala individual — a título de comparação, o tabagismo multiplica por mais de 15 o risco de câncer de pulmão em grandes fumantes —, mas representa, em nível coletivo, um número elevado de casos adicionais devido à ampla presença desses aditivos na alimentação.

E, em comparação com o câncer, os riscos associados aos conservantes parecem às vezes mais marcantes para diabetes. Assim, o consumo regular de sorbato de potássio (E202) está associado a uma frequência duas vezes maior dessa patologia.

No conjunto, esses resultados defendem políticas de saúde pública que promovam produtos que "limitem o uso de conservantes e aditivos supérfluos", estimam os pesquisadores, em um contexto no qual os efeitos negativos dos alimentos ultraprocessados estão cada vez mais bem documentados.

<https://oglobo.globo.com/saude/noticia/2026/01/07/consumo-de-conservantes-e-associado-a-maior-risco-de-cancer-e-diabetes-dizem-estudos.ghtml>

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