

Чем опасны чипсы

Ученые получили доказательства того, что чипсы могут вызывать почти наркотическую зависимость. Обнаружены схожие сценарии функционирования мозга у людей, которые любят чипсы, и у наркоманов.

Россия с большой скоростью превращается в страну людей, которые тратят целые состояния на **«пустые» калории**. С каждым годом в магазинах продается всё больше и больше закусок вроде чипсов, орешков, сушеных кальмаров, пиццы, замороженных хот-догов и тому подобных продуктов, которые не несут организму никакой пользы. Многие люди употребляют данные закуски семь дней в неделю и по несколько раз в день. И вот теперь исследователи выяснили, что любовь к чипсам, может объясняться не только их специфическим привкусом и характерной хрустящей текстурой, но и изменениями в мозге, подобными тем, которые могут фиксироваться у **наркоманов**.

В ходе экспериментов, проведенных британскими учеными, имеющие лишний вес или ожирение добровольцы смотрели на фотографии продуктов из категории **«пустых» калорий**, включая и чипсы, а в этот момент их мозг проходил через сканирование. Оказалось, что чипсы вызывают активность в тех же самых зонах мозга, которые активизируются в тот момент, когда алкоголики видят изображения бутылок вина или наркоманы. Это говорит о том, что разного рода нездоровые закуски способны влиять на изменения в работе мозга, рождая по-настоящему наркотическую зависимость.

Когда участникам эксперимента показывали фотографии других продуктов питания, являющихся более здоровыми, вроде овощей и рыбы, то их зоны мозга не демонстрировали такой же острой реакции. По мнению экспертов, мозг человека эволюционировал на потребление продуктов, которые дают максимум энергии. Это может быть полезно для Пещерного века, продолжительность жизни в котором составляла 30 лет, но не для человека из XXI века, которому необходим набор полезных и низкокалорийных продуктов питания.

Информация с сайта medikforum.ru