

Нейропептиды головного мозга активно участвуют в регулировании пищевого поведения человека. Например, при голодании в мозгу растет концентрация нейропептида У и обостряется сообразительность, поисковые инстинкты. Ученые проанализировали данные о содержании жировой ткани у более чем девяти тысячах канадцев в возрасте от 30 до 75 лет.

Избыток жировой ткани в организме оказался связан не только с повышенным риском диабета и болезней сердца, но и со снижением интеллекта.

Такое открытие сделала большая группа исследователей из нескольких научных центров Канады. Результаты исследования опубликованы в журнале JAMA Network Open.

Ученые проанализировали данные о более чем девяти тысячах канадцев в возрасте от 30 до 75 лет. Исследователей интересовало, как лишний вес или ожирение влияют на физическое состояние головного мозга и его функции. РДА публиковала методы психологической защиты от приёма
избытка пищи за столом.

В России за время коронавирусной эпидемии произошла вспышка детского ожирения .

Всем участникам, помимо общего медицинского обследования, была сделана магнитно-резонансная томография сосудов головного мозга. Кроме того, у всех участников оценили объем жировой ткани в организме, а также было проведено тестирование их когнитивных способностей — концентрации, внимания, краткосрочной памяти, координации движений, скорости восприятия новой информации и способности

ею оперировать.

Как и ожидалось, у женщин процент жировой ткани в организме оказался выше, чем у мужчин, в то время как у последних чаще наблюдалось «центральное ожирение» — отложение жира в области талии. Было также подтверждено, что лишний вес, вне зависимости от того, где он отложился, представляет угрозу для здоровья сердца, повышает риск гипертонии и диабета, а также негативно сказывается на состоянии сосудов головного мозга.

Неожиданным открытием стало то, что между лишним весом и способностью к ясному мышлению существует обратная зависимость — **чем выше процент жировой ткани в организме, тем хуже и медленнее человек соображает**
, как будто избыток жировых запасов заставляет мозг быстрее стареть.

Так, согласно расчетам исследователей, каждые 9% дополнительных жировых отложений «состаривают» интеллектуальные способности примерно на год. При этом в основном страдает не память или способность к пониманию, а скорость обработки мозгом новой информации. Может ли снижение веса привести к восстановлению быстродействия мозга, пока не ясно.

Первоисточник .

Обсуждение проблем ожирения, включая детское ожирение происходит на Форуме .