

Μειώνει την μνήμη η παχυσαρκία

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Άλλη μία ευεργετική επίδραση της απώλειας βάρους για τα παχύσαρκα άτομα ανακάλυψαν επιστήμονες στη Σουηδία. Σύμφωνα με τη μελέτη τους, **η παχυσαρκία προκαλεί προβλήματα ακόμη και στη μνήμη, τα οποία όμως αποκαθίστανται όταν το σωματικό βάρος αρχίζει να μειώνεται.**

Επιστήμονες του Πανεπιστημίου Umea πραγματοποίησαν μεγάλη μελέτη για την κατανόηση της σχέσης που υπάρχει ανάμεσα στο βάρος και τις λειτουργίες του εγκεφάλου. Όπως διαπίστωσαν, τα παχύσαρκα άτομα παρουσιάζουν μειωμένα επίπεδα της επεισοδιακής μνήμης, δηλαδή του είδους της μνήμης που συγκρατεί τα γεγονότα που συμβαίνουν κατά τη διάρκεια της ζωής.

Μάλιστα, το φαινόμενο αυτό είναι πιο έντονο στις γυναίκες και πολύ περισσότερο σε εκείνες που έχουν μπει στην εμμηνόπαυση.

Ωστόσο, σύμφωνα με τα αποτελέσματα της μελέτης, αυτό μπορεί να βελτιωθεί με την απώλεια βάρους, η οποία επιφέρει αλλαγές στις περιοχές του εγκεφάλου που ελέγχουν τη μνήμη.

Όπως εξηγούν οι επιστήμονες στην έκθεσή τους, μετά την απώλεια βάρους η

εγκεφαλική δραστηριότητα αυξάνεται κατά την κωδικοποίηση της μνήμης στις περιοχές που είναι σημαντικές για την αναγνώριση προσώπων και την ταύτιση διαφόρων στοιχείων με αυτά.

Με τον τρόπο αυτόν η κατάστασή της βελτιώνεται και αποκτά την ικανότητα να συγκρατεί πρόσωπα και γεγονότα πιο αποτελεσματικά.

«Τα αποτελέσματα της μελέτης μας δείχνουν ότι τα προβλήματα που εντοπίζονται στη λειτουργία της μνήμης και συνδέονται με την παχυσαρκία είναι αναστρέψιμα, γεγονός που δίνει ακόμη ένα κίνητρο για την απώλεια βάρους», ανέφερε ο επικεφαλής της μελέτης, δρ Andreas Pettersso

Πηγή: govastileto.gr