

یک خوراکی مفید برای افراد چاق

محققان دانشگاه ایلی نویز در مطالعات اخیر خود پی بردند که پروتئین سویا، تجمع چربی و تری گلیسریدها را در کبد افراد چاق به میزان قابل ملاحظه ای کاهش می دهد.



سلامت نیوز: محققان دانشگاه ایلی نویز در مطالعات اخیر خود پی بردند که پروتئین سویا، تجمع چربی و تری گلیسریدها را در کبد افراد چاق به میزان قابل ملاحظه ای کاهش می دهد.

درصد بسیار زیادی از افراد بدون داشتن هیچ علایمی به بیماری کبد چرب دچار هستند. چاقی یکی از مهم ترین عوامل بروز این بیماری است که در برخی موارد به نارسایی کبد منجر می شود. چربی در کبد متابولیزه می شود. در افراد چاق انتقال چربی ها به بافت چربی کاهش می یابد، در نتیجه کبد محل ذخیره و تجمع بیش از حد چربی می شود. تجمع چربی در بافتی غیر از بافت چربی (مانند کبد)، عملکرد حیاتی ارگان را به طور خطرناکی دچار اختلال می نماید.

سویا و کبد چرب

برای انجام این تحقیق، تجمع چربی در کبد موش های لاغر و چاق که دارای رژیم حاوی کازئین (پروتئین شیر) یا پروتئین سویا بودند، مورد مقایسه قرار گرفت. رژیم غذایی اثری بر کبد موش های لاغر نداشت اما در موش های چاقی که پروتئین سویا مصرف کرده بودند، تجمع تری گلیسریدها و سایر چربی ها در کبد 20 درصد کاهش یافت. در حقیقت این بررسی اثبات کرد که پروتئین سویا می تواند موجب کاهش علایم بیماری کبد چرب شود.

مکانیسم این عمل مربوط به نقشی است که پروتئین سویا در مسیر متابولیسم چربی ایفا می کند. در بسیاری از افراد چاق، انتقال چربی به خارج از کبد با اختلالاتی همراه است و پروتئین سویا قادر است این انتقال را تسهیل کرده و علایم بیماری کبد چرب را کاهش دهد.

نتایج این مطالعه در کنگره سالیانه انجمن بیوشیمی و بیولوژی مولکولی امریکا ارائه گردید.