

نوشیدنی شیرین بنوشید

محققان می گویند در صورتی که قصد دارید در مورد موضوعی تصمیم بگیرید ، قبل از این آن حتما یک نوشیدنی شیرین بنوشید...



محققان می گویند در صورتی که قصد دارید در مورد موضوعی تصمیم بگیرید ، قبل از این آن حتما یک نوشیدنی شیرین بنوشید. به گزارش خبرگزاری فرانسه ، محققان دریافته اند که نوشیدنی های رژیمی موجب بروز رفتارهای آنی و شتاب زده در افراد می شود زیرا وقتی فردی که نوشیدنی رژیمی مصرف می کند در واقع با این عمل به بدن خود می گوید که بحران انرژی وجود دارد ، چرا که ماده ای به بدن رسیده که برغم طعم خوش، کالری ندارد. بدن این موضوع را دریافته و سعی می کند از هرآنچه در دسترس است استفاده کند. محققان دانشگاه داکوتای جنوبی در آمریکا، در جستجوی اینکه آیا میزان گلوکز خون علاوه بر تنظیم رفتار تغذیه ای ، در تصمیم گیری هم نقش دارد یا خیر، به یک تحقیق دست زدند. آنها از 65 دانشجو خواستند به یک دسته سوالات پاسخ بدهند. این دانشجویان به نیمی از این سوالات درحالی که معده شان خالی بود پاسخ دادند و جواب بقیه سوالات را پس از صرف یک نوشیدنی شیرین بدون کافئین دادند. دانشمندان میزان قند خون دانشجویان را هر دو مرحله اندازه گیری کردند. شیاو تیان وانگ یکی از دانشمندان روانشناختی و سرپرست این تحقیق گفت: 10 دقیقه پس از صرف نوشیدنی شیرین ، شرکت کنندگان به دست یابی به پول زیاد در آینده علاقه بیشتری نشان دادند. بر اساس این تحقیق ، زمانی که قند خون داوطلبان بالا بود احتمال بروز رفتارهای آنی و شتاب زده در شرکت کنندگان کمتر بود. همچنین صرف یک نوشیدنی رژیمی موجب شد این افراد شتاب زده عمل کنند و به جوایز فوری و کوچک اکتفا کنند.

ایرنا