Cibo spazzatura manda il cervello in tilt, lâ??effetto sulla memoria: lo studio

Descrizione

default watermark

(Adnkronos) â??
Il cibo spazzatura ha effetti sulla salute. Un regime alimentare ricco di grassi saturi aumenta i rischi di obesitÃ , con un quadro caratterizzato da una serie di fattori: dallâ??aumento di peso alla salute del cuore con conseguenze su pressione, colesterolo, glicemia. Uno studio recente, perÃ², evidenzia che il â??junk foodâ?? ha effetti anche sullâ??efficienza del cervello e in particolare sulla memoria, aumentando il rischio di disfunzioni cognitive.

Uno studio recente condotto dai ricercatori della UNC School of Medicine analizza come il cibo spazzatura rischi di riprogrammare il centro della memoria del cervello: gli elementi raccolti dagli scienziati possono rivelarsi utili per interventi precoci che possano prevenire anche la perdita di memoria a lungo termine associata allâ??obesitÃ .

Guidati dalla professoressa Juan Song, autore principale dello studio e docente di di farmacologia della UNC School of Medicine, e da Taylor Landry, professore del Dipartimento di Farmacologia, i ricercatori hanno scoperto che uno speciale gruppo di cellule cerebrali nellâ??ippocampo, gli interneuroni CCK, diventa iperattivo dopo una dieta ricca di grassi a causa di una ridotta capacitÃ del cervello di ricevere glucosio.

Tale iperattivitÃ anomala, secondo lo studio, condiziona il modo in cui lâ??ippocampo elabora la memoria, anche dopo solo pochi giorni di dieta ricca di grassi. Un simile regime alimentare Ã¨ associabile al cibo spazzatura occidentale ricco di grassi saturi: in sostanza, cheeseburger e patatine fritte. Gli scienziati evidenziano anche che la proteina PKM2, che controlla il modo in cui le cellule cerebrali utilizzano lâ??energia, svolge un ruolo chiave in questo processo.

â??Sapevamo che la dieta e il metabolismo potevano influenzare la salute del cervello, ma non ci aspettavamo di trovare un gruppo cosÃ¬ specifico e vulnerabile di cellule cerebrali, gli interneuroni CCK nellâ??ippocampo, che vengono direttamente danneggiati dallâ??esposizione a breve termine a una dieta ricca di grassiâ?•, afferma Song, membro dellâ??UNC Neuroscience Center. â??CiÃ² che ci

EI SRL - P.IVA IT16017671005

ha sorpreso di piÃ¹ Ã¨ stata la rapiditÃ con cui queste cellule hanno modificato la loro attivitÃ in risposta alla ridotta disponibilitÃ di glucosio e come questo cambiamento da solo fosse sufficiente a compromettere la memoriaâ?•, prosegue.

Nella ricerca, topi vengono sottoposti a una dieta ricca di grassi simile a quella del cibo spazzatura prima di iniziare i test comportamentali. Entro 4 giorni dallâ??assunzione di una dieta ricca di grassi, i risultati mostrano che gli interneuroni CCK nel centro della memoria del cervello diventano attivi in maniera anomala. La ricerca, quindi, autorizza a ritenere che il cibo spazzatura ricco di grassi possa influenzare il cervello quasi immediatamente, ben prima dellâ??insorgenza di aumento di peso o diabete.

Lo studio, inoltre, mostra quanto i circuiti della memoria siano sensibili alla dieta: tale elemento sottolinea lâ??importanza dellâ??alimentazione nel mantenimento della salute del cervello. Secondo la ricerca, una dieta ricca di grassi saturi potrebbe aumentare il rischio di sviluppare malattie neurodegenerative, come la demenza e lâ??Alzheimer.

default watermark

Il quadro Ã¨ caratterizzato anche da una notizia positiva: il ripristino dei livelli di glucosio nel cervello â??calmaâ?? i neuroni iperattivi e risove i problemi di memoria nei topi. Modifiche del regime alimentare o lâ??uso di farmaci puÃ² rivelarsi efficace per preservare la salute del cervello in caso di neurodegenerazione correlata allâ??obesitÃ . â??Questo lavoro evidenzia come ciÃ² che mangiamo possa influenzare rapidamente la salute del cervello e come interventi precoci, sia attraverso la dieta che attraverso la medicina, potrebbero proteggere la memoria e ridurre il rischio di problemi cognitivi a lungo termine legati allâ??obesitÃ e ai disturbi metaboliciâ?•, afferma Song. â??A lungo termine, tali strategie potrebbero contribuire a ridurre il crescente peso della demenza e dellâ??Alzheimer legati ai disturbi metaboliciâ?•.

â??

cronaca

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione
Gennaio 19, 2026
Autore
redazione