Khi con ng i ăn kiêng, t bào não đ i phó v i tình tr ng thi u dinh d ng b ng cách "ăn th t" l n nhau đ t n t i.



Telegraph cho bi t, các chuyên gia y khoa c a Đ i h c Yeshiva t i M tìm hi u nh ng quá trình di n ra trong não khi con ng i ăn kiêng. H nh n th y, gi ng nh t bào trong các b ph n khác trong c th, t bào trong não “ăn” l n nhau đ b sung năng l ng khi chúng không đ c cung c p d ng ch t.

Đ ngăn ch n tình tr ng tàn sát l n nhau gi a các t bào não, c th t o ra nh ng axit béo. Nh ng axit này khu ch đ i tín hi u đói trong não và làm tăng ham mu n ăn.

Nh ng th nghi m trên chu t cho th y, n u t bào não ng ng ăn l n nhau, c m giác đói s gi m. Đ ng nhiên, tình tr ng thôn tính l n nhau gi a t bào não ch ch m d t khi chúng l y đ d ng ch t.

Nhóm nghiên c u cho r ng phát hi n c a h có th d n t i nh ng bi n pháp gi m cân khoa h c h n.

Ti n sĩ Rajat Singh, tr ng nhóm nghiên c u, cho r ng nh ng ng i ăn kiêng đ gi m cân nên duy trì s cân b ng năng l ng trong c th. C g ng ch u đ ng c n đói ho c d p t t c m giác thèm ăn không ph i là vi c làm khôn ngoan. Thay vào đó chúng ta nên tìm cách đ c th đ t nhi u m th a h n.

Theo Vnexpress.net