علماء يكشفون عن عواقب غير متوقعة للوزن الزائد!

اتضح للعلماء أن ارتفاع نسبة الدهون في الجسم لا يؤدي فقط إلى الإصابة بداء السكري وأمراض القلب والأوعية الدموية– بل وإلى انخفاض الذكاء.

وتوصل علماء كنديون من مراكز بحثية مختلفة إلى هذه النتيجة من دراستهم لبيانات أكثر من تسعة آلاف مواطن كندي من الجنسين أعمارهم 75-30 عاما.

وقد ركز الباحثون اهتمامهم في هذه الدراسة على كيفية تأثير زيادة الوزن أو السمنة في الحالة الطبيعية للدماغ ووظيفته.

ومن أجل ذلك خضع جميع المشاركين، بالإضافة إلى الفحص الطبي العام، إلى تصوير الأوعية الدموية للدماغ بالرنين المغناطيسي. كما قيم الباحثون جميع المشاركين من حيث حجم الأنسجة الدهنية في الجسم، واختبروا قدراتهم المعرفية - التركيز والانتباه والذاكرة قصيرة المدى وتنسيق الحركات وسرعة إدراك المعلومات الجديدة والقدرة على العمل معها.

وكما توقع الباحثون، كانت نسبة الدهون في جسم النساء أعلى من الرجال، في حين كان الرجال أكثر عرضة للإصابة بـ "السمنة المركزية" - رواسب الدهون حول الخصر. كما تأكد أن الوزن الزائد، بغض النظر عن مكان تراكمه في الجسم، يشكل خطورة على صحة القلب، ويزيد من خطر الإصابة بارتفاع مستوى ضغط الدم والسكر، ويؤثر سلبا على حالة الأوعية الدموية في الدماغ.

و الاكتشاف غير المتوقع في هذه الدراسة هو وجود علاقة عكسية بين الوزن الزائد والقدرة على التفكير بوضوح - فكلما ارتفعت نسبة الأنسجة الدهنية في الجسم، كلما كان تفكير الشخص أسوأ وأبطأ، كما لو أن احتياطيات الدهون الزائدة تجعل الدماغ يشيخ بشكل أسرع.

و وفقاً لحسابات الباحثين كل 9 بالمئة من الدهون الإضافية في الجسم تعمل على "شيخوخة" القدرات الفكرية بنحو عام. وهذا التأثير ليس في الذاكرة أو القدرة على الفهم بشكل أساسي، بل في السرعة التي يعالج بها الدماغ المعلومات الجديدة. ولكن ليس واضحا ما إذا كان فقدان الوزن الزائد سيؤدي إلى استعادة أداء الدماغ أم لا.