

[Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Struktura mózgu decyduje o naszym żywieniu

Różnice w budowie kory przedczołowej warunkują ludzką zdolność do dokonywania zdrowszych wyborów żywieniowych - wynika z nowej analizy przeprowadzonej przy współpracy kilku różnych instytucji badawczych.

O jej wynikach poinformowano na łamach „The Journal of Neuroscience”.

„Utrzymanie zdrowej diety wymaga konsekwentnego wybierania zdrowej żywności, a powstrzymania się od jedzenia tej mniej zdrowej, za to często bardziej kuszącej - piszą autorzy pracy. - Wymaga to sporej samokontroli”. Tymczasem, jak dodają, ludzie różnią się między sobą zdolnością do takiej samokontroli. Okazuje się, jest to związane z indywidualnymi różnicami w aktywności niektórych rejonów mózgu.

Analizując dane zebrane z kilku wcześniejszych badań i uogólniając ich wyniki naukowcy pod kierunkiem dr Liane Schmidt odkryli, że większa objętość w grzbietowo-bocznej i brzusznej części kory przedczołowej była związana z lepszą samokontrolą dietetyczną. Potwierdziło się to w różnych grupach uczestników oraz w przypadku różnych celów dietetycznych.

„Pokazaliśmy, że osoby z większą ilością istoty szarej w grzbietowo-bocznej i brzusznej korze przedczołowej lepiej radzą sobie z samokontrolą dietetyczną. Oznacza to, że to właśnie różnice neuroanatomiczne w tych rejonach mózgu mogą stanowić ogólny wskaźnik zdolności do samokontroli. Zidentyfikowanie tych markerów neuroanatomicznych może być furtką do opracowania skuteczniejszych strategii zapobiegania lub leczenia otyłości oraz zaburzeń odżywiania” - podsumowują autorzy badania.

Badanie przeprowadzono w Institute du Cerveau et de la Moelle Epinière w Paryżu we współpracy z California Institute of Technology, Sorbonne Universités, University of Toronto, University of Zurich oraz Ecole Normale Supérieure.

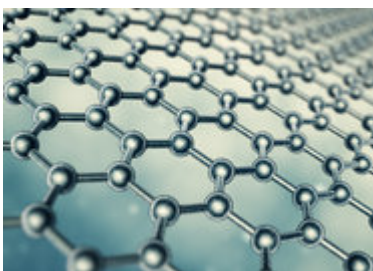
Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl
<http://laboratoria.net/aktualnosci/28491.html>



02-07-2024

[Ekran dotykowy bez problematycznego indu](#)

Tańsze i bardziej przyjazne środowisku.



02-07-2024

Świat atomów i cząsteczek

Jak dzięki różnym metodom obrazowania zobaczyć "całego słonia"



02-07-2024

Żyjemy w czasach multitożsamości

Ekspert o mediach społecznościowych.



02-07-2024

Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy?

Równość płci może mieć związek ze swobodą wyboru tego, co się je.



02-07-2024

Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu

Alarmuje Światowa Organizacja Zdrowia.



02-07-2024

Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu

Informuje "Nature".



02-07-2024

Tancerze są mniej neurotyczni niż ogół populacji

Jednocześnie są bardziej ugodowi i ekstrawertyczni.



02-07-2024

Rząd planuje, aby minister mógł odwołać dyrektora NCBR

Dyrektor Narodowego Centrum Badań i Rozwoju będzie mógł zostać odwołany.

Informacje dnia: [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu](#) [Świat atomów i cząsteczek](#) [Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy?](#) [Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#) [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu](#) [Świat atomów i cząsteczek](#) [Żyjemy w czasach](#)

[multitożsamości Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy? Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu Ekrany dotykowe bez problematycznego indu Świat atomów i cząsteczek Żyjemy w czasach multitożsamości Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy? Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#)

Partnerzy