

[Akceptuje](#)

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](#)

Olej sojowy może szkodliwie wpływać na mózg

Częste spożywanie oleju sojowego może nie tylko prowadzić do rozwoju cukrzycy i otyłości, ale także negatywnie wpływać na mózg - wynika z raportu opublikowanego na łamach

pisma „Endocrinology” przez naukowców z Uniwersytetu Kalifornijskiego w Riverside.

Badacze porównywali trzy grupy myszy karmionych pożywieniem o wysokiej zawartości oleju sojowego, oleju sojowego o obniżonej zawartości kwasu linolowego oraz oleju kokosowego.

W 2015 roku ten sam zespół naukowców ustalił, że stała obecność oleju sojowego w diecie zwiększa u gryzoni ryzyko otyłości, cukrzycy i stłuszczenia wątroby. W 2017 roku zaobserwowano, że ryzyko jest mniejsze, jeżeli olej sojowy ma obniżoną zawartość kwasu linolowego.

Obecne badania wskazują na silny negatywny wpływ oleju sojowego na mózg, bez względu na zawartość kwasu linolowego. Zmiany zaobserwowano w obrębie podwzgórza, które reguluje wiele kluczowych procesów, takich jak głód i pragnienie, temperatura ciała, zachowania rodzicielskie czy reakcja na stres.

Autorzy spekulują, że taka deregulacja może zwiększać ryzyko autyzmu, choroby Alzheimera, depresji czy zaburzeń lękowych.

U myszy karmionych olejem sojowym stwierdzono wadliwe funkcjonowanie blisko 100 genów. Jeden z nich kontroluje produkcję oksytocyny, nazywanej hormonem miłości. Przełożyło się to na obniżenie poziomu tego hormonu u gryzoni.

Olej sojowy jest najczęściej spożywanym olejem w Stanach Zjednoczonych. Wykorzystywany jest często do smażenia potraw w restauracjach typu fast food, dodawany jest do produktów przetworzonych oraz do karmy zwierząt hodowlanych.

Badacze podkreślają, że choć olej sojowy ma negatywny wpływ na zdrowie, nie należy rezygnować z innych produktów sojowych, które są wskazane w naszym jadłospisie (jak mleko sojowe, tofu, edamame czy sos sojowy).

Naukowcy nie ustalili jeszcze które konkretnie związki zawarte w oleju sojowym są odpowiedzialne za zmiany w podwzgórzu. Eliminują jednak kwas linolowy i stygmasterol. Na identyfikacji tych związków zamierzają skoncentrować się podczas kolejnych badań.

Źródło: pap.pl

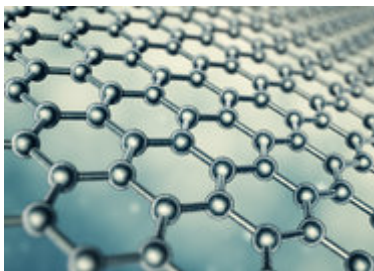
<http://laboratoria.net/aktualnosci/29395.html>



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