

الوجبات السريعة تضعف الهيكل العظمي



أثبت فريق من الباحثين وجود ارتباط بين الأطعمة المصنعة بدرجة عالية - ما يُعرف بالوجبات السريعة-، وانخفاض جودة العظام، وكشف النقاب عن أضرار هذه الأطعمة خاصة للأطفال الصغار الذين ما زالوا في طور النمو. ونُشرت الدراسة في مجلة «أبحاث العظام»، وهي بمثابة أول دراسة شاملة لتأثير المنتجات الغذائية المتوفرة على نطاق واسع في تطور الهيكل العظمي.

والأطعمة فائقة المعالجة، أو الوجبات السريعة، هي منتجات غذائية تخضع لعدة مراحل من المعالجة، وتحتوي على مكونات غير غذائية. وتحظى بشعبية لدى المستهلكين لأنها سهلة الوصول وغير مكلفة نسبياً، وجاهزة للأكل مباشرة من العبوة.

وساهم الانتشار المتزايد لهذه المنتجات في جميع أنحاء العالم بشكل مباشر في زيادة السمنة، والتأثيرات العقلية، ومشاكل الاستقلاب الغذائي وسط المستهلكين من جميع الأعمار.

وقدمت الدراسة أول تحليل شامل لكيفية تأثير هذه الأطعمة في نمو الهيكل العظمي، وقامت بفحص قوارض المختبر التي كانت היאكلها العظمية في مراحل ما بعد الجنين. وعانت الحيوانات التي تعرضت لأطعمة فائقة المعالجة من تأخر في النمو، وتأثرت قوتها العظمية سلباً

واكتشف الباحثون من خلال الفحص النسيجي مستويات عالية من تراكم الغضاريف في صفائح النمو لديها والتي تعتبر محرك نمو العظام. وبالمزيد من فحص الخلايا وجد الباحثون أن الملامح الجينية لخلايا الغضروف لدى الفئران التي تعرضت لتلك الأطعمة أظهرت خصائص ضعف نمو العظام

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024