

# Η ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ ΑΡΧΙΖΕΙ ΑΠΟ ΕΝΑ ΕΝΖΥΜΟ ΣΤΟ... ΣΑΛΙΟ



Το μυστικό του υγιούς σωματικού βάρους μπορεί να κρύβεται στο... σάλιο, σύμφωνα με μία νέα μελέτη.

Βρετανοί επιστήμονες ανακάλυψαν ότι ένα γονίδιο που υπάρχει σε αυτό και το οποίο είναι υπεύθυνο για τη διάσπαση των υδατανθράκων και του αμύλου τη στιγμή που αρχίζουμε να τους μασάμε, επηρεάζει σε μεγάλο βαθμό το σωματικό βάρος.

---

Οι υδατάνθρακες και το άμυλο υπάρχουν σε τρόφιμα όπως το ψωμί, τα ζυμαρικά, τα δημητριακά για πρωινό, το ρύζι και οι πατάτες.

Το γονίδιο λέγεται AMY1 και κωδικοποιεί ένα ένζυμο του σάλιου, την αμυλάση, το οποίο είναι υπεύθυνο για την διάσπαση των υδατανθράκων.

Η νέα μελέτη έδειξε πως όσοι φέρουν περισσότερες κόπιες του γονιδίου αυτού, παράγουν μεγαλύτερες ποσότητες αμυλάσης και έχουν περισσότερες πιθανότητες να είναι αδύνατοι, σε σύγκριση με όσους φέρουν λίγες κόπιες.

Μερικοί άνθρωποι φέρουν μόνο μία κópια του γονιδίου αυτού, άλλοι έχουν δύο ή τρεις, αλλά ορισμένοι φέρουν έως και 20 κόπιες – και ίσως αυτή η διαφορά να εξηγεί γιατί μερικοί άνθρωποι είναι πάρα πολύ αδύνατοι και δεν παχαίνουν, ό,τι κι αν τρώνε.

Επιπλέον, όσοι φέρουν λίγες κόπιες του γονιδίου πιθανώς νιώθουν το στομάχι τους να «βαραίνει» κάθε φορά που τρώνε υδατάνθρακες, επειδή ο οργανισμός τους δυσκολεύεται να τους πέσει – και έτσι, έχουν περισσότερες πιθανότητες να παχύνουν. Στην πραγματικότητα, όσοι φέρουν τις λιγότερες κόπιες του γονιδίου AMY1 έχουν οκταπλάσιες πιθανότητες να είναι παχύσαρκοι, σε σύγκριση με όσους φέρουν τις λιγότερες.

Την όλη έρευνα πραγματοποίησαν επιστήμονες από το King's College (KCL) και το Imperial College του Λονδίνου (ICL), οι οποίοι εκτιμούν ότι στο μέλλον η παροχή συμβουλών για αδυνάτισμα πιθανώς θα πρέπει να προσαρμόζεται στο πεπτικό σύστημα κάθε ατόμου ξεχωριστά.

Όπως γράφουν στην επιθεώρηση «Nature Genetics», ο αριθμός των γονιδίων AMY1 που φέρει κάθε άνθρωπος συσχετίζεται ισχυρά με την παχυσαρκία ακόμα και σε διδύμους, οι οποίοι κατά τα άλλα ακολουθούν την ίδια διατροφή και τρόπο ζωής.

«Η επίδραση αυτού του γονιδίου στην παχυσαρκία είναι η ισχυρότερη που έχουμε δει ποτέ, με οποιοδήποτε γονίδιο που συσχετίζεται με αυτήν», δήλωσε ο επικεφαλής ερευνητής δρ Τιμ Σπέκτορ, καθηγητής Γενετικής Επιδημιολογίας στο KCL.

Η μελέτη διεξήχθη σε σχεδόν 5.000 εθελοντές, συμπεριλαμβανομένων 972 διδύμων. Οι ερευνητές ανέλυσαν το γενετικό τους υλικό αναζητώντας τις κόπιες του γονιδίου AMY1 και στη συνέχεια συνέκριναν τον αριθμό τους με το σωματικό τους βάρος.

**Πηγή/φωτό: Τα Νέα**