

[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>



24-09-2024

[Migrena to choroba - można ją leczyć](#)

Migrena to poważna choroba neurologiczna.



24-09-2024

[Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na](#)

[tęzec](#)

Szczepionki powinny być dostępne bezpłatnie w placówkach.



24-09-2024

[I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach](#)

Będzie współpracowała na rzecz doskonalenia jakości kształcenia.



24-09-2024

[Będzie kolejna edycja maratonu programistów](#)

Zgłoszenia do 7 października.



24-09-2024

[Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce](#)

Od 29 września do 25 listopada.



24-09-2024

[Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją](#)

Powiedział PAP prof. Bolesław Samoliński, alergolog.



24-09-2024

[SpaceX planuje wystrzelenie 5 bezzałogowych](#)

misji na Marsa

Ma się to odbyć w ciągu dwóch lat.



24-09-2024

Potrzebne są globalne ustalenia odnośnie mikroplastiku

Okazją do działania może być przygotowywany przez ONZ traktat.

Informacje dnia: [Migrena to choroba - można ją leczyć Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach](#) [Będzie kolejna edycja maratonu programistów Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją](#) [Migrena to choroba - można ją leczyć Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach](#) [Będzie kolejna edycja maratonu programistów Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją](#) [Migrena to choroba - można ją leczyć Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach](#) [Będzie kolejna edycja maratonu programistów Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją](#)

Partnerzy