

## البدانة مرتبطة بكيماويات في الدماغ

يشير بحث علمي حديث إلى أن البدناء يميلون إلى تناول المزيد من الغذاء بفعل تأثير مركب كيميائي في الدماغ ويعتقد الباحثون بأن البدناء ربما يكونون مدمنين على تناول الطعام بسبب وجود اختلال في مادة دوبامين .

ويعتقد الباحثون بأن البدناء ربما يكونون مدمنين على تناول الطعام بسبب وجود اختلال في مادة دوبامين الموجودة طبيعياً في الدماغ، وهي المسؤولة عن الشعور بالجوع و السعادة وقد برهن العلماء على وجود علاقة بين مادة دوبامين والإدمان على المخدرات مثل الكوكايين، وكذلك الكحول، بل وحتى القمار

لكنهم يعترفون بأن الوضع ربما يكون على العكس من ذلك، أي أن البدانة هي التي تحفز هذا الخلل وليس المركب الكيميائي

فقد وجد الباحثون في مختبر بروكهيفين القومي التابع لوزارة الطاقة الأمريكية، أن البدناء جداً، الذين اختبروهم، كان لديهم نقص في مادة دوبامين

ويقول الباحثون إن نقص دوبامين يقود إلى الشعور بالجوع في محاولة من الجسم لتحفيز ما يسمى بدوائر السعادة في المركب الكيميائي

### الإفراط في الأكل

ويقول جين جاك وانج، كبير العلماء الذين أشرفوا على الدراسة المنشورة في مجلة لانسيت، إنه يأمل في أن تستخدم هذه الدراسة في معالجة البدناء، إلا أنه اعترف بأن النتائج لا تزال في مراحلها البدائية

وتشير النتائج المستخلصة من هذه الدراسة إلى أن الخطط الهادفة إلى تحسين أداء مادة الدوبامين ربما تكون مفيدة في معالجة البدناء

ومن المحتمل أن يكون للبدناء عدد قليل من مستقبلات الدوبامين لأن أدمغتهم تحاول التعويض عن المستويات العالية للدوبامين التي تحفز على الإفراط في الطعام

غير أنه من المحتمل أن يكون لهؤلاء الناس عدد قليل من مستقبلات الدوبامين أصلاً مما يجعلهم عرضة للإدمان على تناول الطعام بشراهة، كما أن معظم الأدوية التي تغير مستويات الدوبامين هي نفسها تقود إلى الإدمان

ويقول العلماء الأمريكيون إن الطريقة الوحيدة لمكافحة ذلك هو ممارسة التمارين الرياضية التقليدية

### مستويات التمارين

ويقول العلماء إن التمارين الرياضية هي الطريقة الطبيعية الملائمة لزيادة مستويات الدوبامين، من خلال حرق السعرات الحرارية

ويقول البروفيسور إيان ماكdonالد من جامعة نوتينجهام في بريطانيا إن الدراسة قدمت مؤشرات مهمة لكنه يعتقد بأن العكس قد يكون صحيحا، أي أن البدانة هي التي تسبب إختلال التوازن في المركب الكيماوي وبالرغم من أن الدوبامين قد لا يكون المحفز على السمنة فإنه قد يكون عاملا مساعدا يساعد على تفاقم المشكلة ويضيف البروفيسور ماكdonالد أن دراساته عن الميل لتناول الطعام لا تتفق مع البحث الجديد ويقول إن نتائج البحث تتعارض مع السلوك السايكولوجي لمعظم الناس الذين يفرطون في الطعام لأن هؤلاء الناس في العديد من الحالات يعرضون في الأكل عن فقدان السعادة أو وجود الكآبة لكنه يعترف بأن الأغذية الغنية كالشكولاته والكعك تساعد على الشعور بالسعادة