

# Ser wpływa na tę samą część mózgu, co narkotyki

28 kwietnia 2017

Uwaga koneSERzy, najnowsze badania wskazują na to, że od spożywania sera można się uzależnić. Wszystko to dzięki obecnej w nim kazeinie, która może wyzwolić receptory opioidowe w mózgu, związane z uzależnieniem. Wpływ na nie mają także twarde narkotyki.

Kazeina jest obecna jednak nie tylko w serach, ale także we wszystkich produktach mlecznych. Badacze dowiedli także, że przetworzona i bogata w tłuszcz żywność ma największy związek z nałogiem. Dodatkowo odkryli, że najbardziej uzależniające potrawy to te, które zawierają ser.

Aby dotrzeć do tych informacji, naukowcy przepytali 120 studentów. Zostali poproszeni o wybór między 35 posiłkami o różnej wartości odżywczej. Następnie przebadano kolejną grupę liczącą 384 osoby. Mieli oni do wyboru te same posiłki, lecz wartości odżywcze były uporządkowane w porządku hierarchii liniowej. Dodatkowo dzięki badaniom zauważono, że tłuszcz ma związek z problemem jedzenia, niezależnie od tego czy ankietowani byli od niego uzależnieni czy nie.

Autorstwo: Sneaky

Źródło: [ZmianyNaZiemi.pl](http://ZmianyNaZiemi.pl)