

# Medycyna Komórkowa

MONDAY, SEPTEMBER 9, 2024 • NOWY SYSTEM OPIEKI ZDROWOTNEJ • MEDYCINA-KOMORKOWA.COM



## Spożywanie tłuszczów trans powiązane z agresją

W pierwszym tego rodzaju badaniu przeprowadzonym na ludziach, naukowcy powiązali spożycie kwasów tłuszczowych trans z większą agresją. Badanie opublikowane zostało dnia 5 marca 2012 r. w czasopiśmie Public Library of Science, w którym naukowcy z Departamentu Medycyny na Uniwersytecie Kalifornijskim w San Diego poinformowali, że:

*„Dietetyczne kwasy tłuszczowe trans (dTFA) to przede wszystkim syntetyczne związki, które zostały wprowadzone stosunkowo niedawno. Niewiele wiadomo na temat ich skutków behawioralnych. Dietetyczne kwasy tłuszczowe trans hamują produkcję kwasów tłuszczowych omega-3, które okazały się zmniejszać agresję. Potencjalne skutki behawioralne dTFA zasługują na zbadanie. Staraliśmy się ustalić, czy dTFA związane są z agresją/drażliwością”.*

Badanie objęło 945 dorosłych mężczyzn i kobiet, którzy nie przyjmowali leków obniżających poziom lipidów i którzy nie mieli skrajnych poziomów cholesterolu LDL i chorób cukrzycy, HIV, raka lub chorób serca. Wyniki oceniały niepożądane zachowania mające wpływ na innych na podstawie zarówno obiektywnych (historia agresji życiowych), jak i subiektywnych (samoocena zniecierpliwienia i irytacji) źródeł informacji. Naukowcy doszli do wniosku:

*„Badanie to dostarcza pierwszych dowodów łączących dTFA z drażliwością behawioralną i agresją”.*

To nowe odkrycie uzupełnia rosnącą liczbę istniejących badań klinicznych, wskazując, że syntetycznie wytwarzane **kwasy tłuszczowe trans** mają negatywny wpływ na zdrowie człowieka, w szczególności na zdrowie układu sercowo-naczyniowego i ryzyko zachorowania na raka.

Z uwagi na fakt, że ludzki mózg (poza wodą) składa się głównie z kwasów tłuszczowych, zrozumiałe jest, jak syntetycznie wytwarzane tłuszcze trans mogą niekorzystnie wpływać na mózg i zdrowie psychiczne. Ostatnie badania na zwierzętach wykazały, że długotrwałe karmienie zwierząt kwasami tłuszczowymi trans przyczyniło się do włączenia tych tłuszczów do mózgu, prowadząc do zwiększonej podatności na rozwój **zaburzeń ruchowych**.

Biorąc pod uwagę fakt, że to najnowsze odkrycie łączy spożycie kwasów tłuszczowych trans z możliwym agresywnym zachowaniem wobec innych, pojawia się poważne pytanie prawne i moralne, czy agencje regulacyjne mogą nadal zezwalać na ich produkcję i stosowanie bez ponoszenia jakiegokolwiek odpowiedzialności za szkody

wyrządzone w populacji ogólnej.

To samo pytanie można postawić w odniesieniu do ponad 300 negatywnych skutków zdrowotnych, z którymi powiązano **statyny**. Jednym z nich jest nasilenie agresywnych zachowań wobec siebie (samobójstwa) i wobec innych osób w wyniku posiadania **niskiego poziomu cholesterolu**. W ten sam sposób, w jaki kwasy tłuszczowe trans mogą zmieniać fizjologię (a tym samym funkcję) samej tkanki neurologicznej, niski poziom cholesterolu zmniejsza liczbę **receptorów serotoniny** w mózgu, utrudniając tłumienie agresywnych zachowań.

Polecam również artykuł: "**Badania pokazują, że zła dieta jest większym zabójcą niż palenie.**"

Źródło: <https://www.greenmedinfo.com/blog/new-finding-consuming-trans-fats-linked-aggression>

---