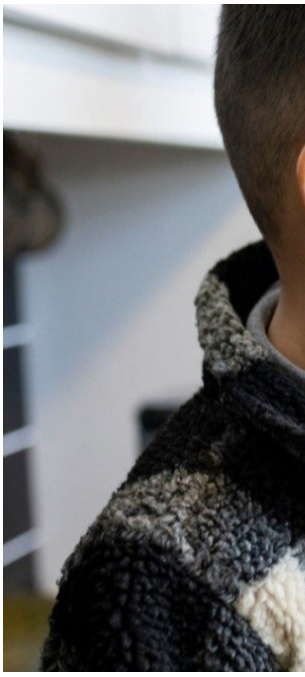
دراسة تكشف: الكافيين لا يؤثر على أدمغة الأطفال والمراهقين كما يُعتقد



نفت دراسة نشرتها مجلة One PLOS الاعتقاد السائد بأن للكافيين تأثيرا كبيرا على أدمغة الأطفال والمراهقين.

وأفادت المجلة بأن:"علماء أمريكيين أجروا دراسة لتقييم تأثير الكافيين على أدمغة الأطفال والمراهقين، شملت تحليل بيانات واستطلاعات رأي لـ 4673 طفلا تتراوح أعمارهم بين 9 و10 سنوات".

وخلال الدراسة، قدّم المشاركون معلومات عن استهلاكهم للكافيين، وأجرى الباحثون لهم تصويرا بالرنين المغناطيسي الوظيفي لتقييم نشاط شبكتين رئيسيتين في الدماغ: شبكة الوضع الافتراضي والشبكة الظهرية الانتباهية، اللتين تعملان عادة في طورين متعاكسين، وهو أمر أساسي للتركيز والاستقرار المعرفي.

وأظهر الاستطلاع أن:"نحو 16% من الأطفال استهلكوا الكافيين خلال الـ24 ساعة السابقة للتصوير، بينما ذكر أكثر من 70% أنهم يتناولونه أسبوعيا. ومع ذلك، لم يجد الباحثون أي علاقة بين استهلاك الكافيين والتغيرات في نشاط الدماغ، سواء بالنسبة للاستهلاك لمرة واحدة أو المنتظم".

وأشار القائمون على الدراسة إلى أن، هذه النتائج توضح أن وجود الكافيين في النظام الغذائي للأطفال لا يؤثر بشكل كبير على وظائف الدماغ في هذه المرحلة العمرية.