تعرف على سبب خسارة الناس للوزن بنجاح ثم استعادته بالكامل بعد بضع سنوات

توصلت دراسة جديدة إلى أن السمنة قد تلحق الضرر بقدرة الدماغ على التعرف على الإحساس بالشبع والامتلاء، بعد تناول الدهون والسكريات.

إضافة إلى ذلك، قد تستمر هذه التغييرات في الدماغ حتى بعد أن يفقد الأشخاص الذين يعانون السمنة قدراً كبيراً من الوزن، وفقاً للدراسة التي نقلتها شبكة «سي إن إن» الأميركية. وهذا الأمر ربما يفسر سبب استعادة كثير من الأشخاص للوزن الذي يفقدونه.

وتعرف السمنة على أنها ارتفاع مؤشر كتلة الجسم لأكثر من 30، في حين أنها تتراوح ما بين 18 و25 لدى أصحاب الوزن الطبيعي. ويتم حساب مؤشر كتلة الجسم، بقسمة وزن الشخص البالغ بالكيلوغرام على طوله بالمتر المربع.

وفي الدراسة الجديدة التي نُشرت أمس (الاثنين) في مجلة «نيتشر ميتابوليزم»، تم إطعام 30 شخصاً يعانون السمنة الطبية و30 شخصاً يتمتعون بوزن طبيعي، الكربوهيدرات السكرية (الغلوكوز) أو الدهون

أو الماء (كعنصر تحكم)، باستخدام أنبوب لإدخال هذه المغذيات للجهاز الهضمي مباشرة.

وفي الليلة التي سبقت الاختبار، تناول جميع المشاركين الستين في الدراسة الوجبة نفسها على العشاء في المنزل.

واستخدم الباحثون التصوير بالرنين المغناطيسي الوظيفي والتصوير المقطعي المحوسب، لالتقاط استجابة الدماغ لهذه العناصر على مدى 30 دقيقة.

ووجدت الدراسة أنه بالنسبة للأشخاص ذوي الوزن الطبيعي، فإن إشارات الدماغ تباطأت فور وضع السكريات أو الدهون في الجهاز الهضمي، وهذا دليل على أن الدماغ أدرك أن الجسم قد تمت تغذيته.

وقال المؤلف الرئيسي للدراسة الدكتور ميريل سيرلي، أستاذ الغدد الصماء في كلية الطب بجامعة ييل، إن «هذا الانخفاض العام في نشاط الدماغ أمر منطقي؛ لأنه بمجرد أن يكون الطعام في معدتك، فلن تحتاج للحصول على مزيد من الطعام».

في الوقت نفسه، ارتفعت مستويات الدوبامين في الأشخاص ذوي الوزن الطبيعي، مما يشير إلى تنشيط مراكز المكافأة في الدماغ أيضاً، والتي جعلتهم يشعرون بأنهم حصلوا على ما يكفي من الطعام اللذيذ والممتع.

أما في المجموعة الأخرى التي تعاني السمنة، فقد حدث العكس تماماً، وفقاً للباحثين، فنشاط الدماغ لم يتباطأ، ومستويات الدوبامين لم ترتفع.

بعد ذلك، طلب الباحثون من الأشخاص الذين يعانون السمنة أن يفقدوا 10 في المائة من وزن أجسامهم في غضون 3 أشهر، وهو مقدار من الوزن معروف بتحسين نسبة السكر في الدم، وإعادة التمثيل الغذائي إلى مستوى صحي، وتعزيز الصحة العامة، كما قال سيرلي.

وكرر فريق الدراسة الاختبارات مرة أخرى؛ لكن هذه المرة كانت النتائج مفاجئة. فقد قال سيرلي إنهم وجدوا أن فقدان الوزن لا يعيد ضبط الدماغ لدى الأشخاص المصابين بالسمنة.

وأوضح قائلاً: «لم يتغير شيء. لم يستطع المخ التعرف على الإحساس بالشبع والامتلاء ولم يشعر بالرضا».

وتابع: «هذه النتيجة قد تفسر سبب خسارة الناس للوزن بنجاح، ثم استعادته بالكامل بعد بضع سنوات».

وأشار سيرلي إلى أن هذه النتائج توضح أن الدماغ قد يكون مسؤولاً بشكل كبير عن عدم قدرة الأشخاص على الحفاظ على أوزانهم عند مستوى صحي، معبراً عن أمله في أن تساعد هذه المعلومات في التعاطف مع الأشخاص الذين يعانون هذه المشكلة، بدلاً من انتقادهم.