5 Νοεμβρίου 2014

Δεν πάει το μυαλό σας: Τι θεραπεύουν οι



Μπορεί να έχει χαρακτηριστεί ως ένα από τα πιο ανθυγιεινά φαγητά,...ωστόσο οι τηγανιτές πατάτες “θεραπεύουν” κάτι που έχουν σχεδόν όλοι οι άνθρωποι στην καθημερινότητα.Δεν είναι άλλο από το

στρες. Για να καταλήξουν σε αυτό το συμπέρασμα οι ερευνητές έκαναν ένα πείραμα με αρουραίους, τους οποίους είχαν χωρίσει σε δύο ομάδες. Η πρώτη ομάδα κατανάλωνε μεγάλη ποσότητα αλατιού και εμφάνιζε υπερνατριαιμία, ενώ η δεύτερη είχε φυσιολογικά επίπεδα νατρίου.

Οι ερευνητές στη συνέχεια εξέθεσαν και τις δύο ομάδες σε στρεσογόνες καταστάσεις. Η πρώτη ομάδα που είχε υψηλά επίπεδα αλατιού παρουσίαζε μειωμένη δραστηριότητα στο κεντρικό νευρικό σύστημα, ενώ συνήλθαν πιο σύντομα από την κατάσταση στρες. Αυτό συμαβαίνει σύμφωνα με τους επιστήμονες. Όπως εξηγούν οι ερευνητές, το αλάτι το οποίο περιέχεται σε μεγάλη ποσότητα στις τηγανιτές πατάτες, μειώνει σημαντικά τα επίπεδα της ορμόνης του στρες.
Κάθε φορά λοιπόν που τρώμε φαγητά με χαρακτηριστικό παράδειγμα τις τηγανητές πατάτες, θέτουμε σε λειτουργία το φυσικό μηχανισμό άμυνας του

οργανισμού κατά του στρες.
Βέβαια κάθε περίπτωση θα πρέπει να θυμόμαστε ότι η συχνή κατανάλωση τηγανητής πατάτας μπορεί να προκαλέσει διαβήτη και υπέρταση.
Πηγή: thrakitoday.com