



## Salute, lo zucchero è come una droga, almeno nelle cavie

Fonte: *REUTERS*

CHICAGO (Reuters) - Lo zucchero può generare dipendenza. E' quanto emerge da uno studio condotto su delle cavie, che ha dato una prova scientifica a quello che molte persone a dieta già sapevano.

"Abbuffarsi di zucchero può avere effetti sul cervello molto simili a quelli provocati da un abuso di droghe", ha dichiarato Bart Hoebel dell'Università di Princeton nel New Jersey, che ha presentato ieri le sue scoperte ad un meeting del College americano di Neuropsicofarmacologia a Scottsdale, in Arizona.

Dallo studio, portato avanti dall'Istituto Nazionale per l'Abuso di Droghe e dall'Istituto Nazionale per la Salute Mentale, è risultato che le cavie a cui era stata somministrata una dose elevata di acqua zuccherata, presentavano cambiamenti comportamentali e neurochimici che ricordavano quelli prodotti dall'assunzione di sostanze stupefacenti.

"Questi animali mostrano segnali di astinenza, e rimangono a lungo desiderosi di ricevere una nuova 'dose'", ha detto Hoebel a Reuters in un briefing telefonico.

In un esperimento, i topi da laboratorio erano stati nutriti per tre settimane con una colazione a base di acqua zuccherata, dopo aver passato la notte a digiuno.

"Ne è risultato un aumento nel cervello di una particolare sostanza chimica, la dopamina. Essa si trova nel nucleus accumbens, la parte del cervello adibita alla motivazione e al meccanismo della ricompensa", ha detto Hoebel.

"Si sa da tempo che l'abuso di droghe fa aumentare il rilascio di dopamina in questa parte del cervello, ma in questo caso abbiamo scoperto che lo zucchero agisce allo stesso modo".

Non sembra che sia lo zucchero in sé ad avere questo effetto, ha spiegato lo studioso, ma piuttosto la sua assunzione in dosi esagerate.

In un altro esperimento le cavie, dopo essere state nutrite per un periodo con lo zucchero, passavano alcune settimane senza più riceverne. Quando lo zucchero veniva reinserito nella loro alimentazione, ne consumavano in quantità maggiori di prima.

"Era quasi come se fossero in astinenza da zucchero", ha detto Hoebel.

Quando al posto dell'acqua zuccherata gli scienziati hanno dato alle cavie dell'alcol, quelle nutrite con lo zucchero ne hanno bevuto più di quanto avrebbe fatto un topo normale, e hanno anche dato segnali di iperattività dopo l'assunzione di una dose di anfetamina solitamente innocua.

"Ancora non sappiamo come reagiscono gli esseri umani", ha detto Hoebel. "Ma esiste un nesso tra la dipendenza da sostanze come le droghe e lo sviluppo di un desiderio anormale di una sostanza naturale come lo zucchero".