

المشروبات الغازية تسرع شيخوخة الخلايا المناعية

أعلن باحثون في جامعة كاليفورنيا سان فرانسيسكو، في دراسة جديدة، أن استهلاك المشروبات الغازية المحلاة، فضلا عن أنها مسؤولة عن السمنة، فإنها تتسبب في إصابة الخلايا المناعية بالشيخوخة المبكرة.

كشفت دراسة، أعلنت نتائجها يوم 16 أكتوبر 2014 في **الدورية الأمريكية للصحة العامة**، أجريت لفئة تستهلك المشروبات الغازية المحلاة ، أن التيلومير telomeres (مناطق تحمي الحمض النووي في نهاية الصبغيات)، كانت قصيرة في الكريات البيضاء، لدى هذه الفئة.

إن طول التيلومير في خلايا الدم البيضاء، يرتبط بعمر الإنسان، كما أن قصرها له علاقة بالأمراض المزمنة المرتبطة بتقدم السن، بما في ذلك أمراض القلب والسكري وبعض أنواع السرطان.

تقول إليسا إبل البروفيسور والباحثة بجامعة كاليفورنيا سان فرانسيسكو الأمريكية: "إن استهلاك مشروبات غازية غنية بالسكر، بشكل منتظم، يؤدي إلى ظهور أمراض كثيرة، ليس فقط الرفع من الاستقلاب المنظم للسكر في الجسم، بل أيضا تسريع شيخوخة خلايا الأنسجة". وتضيف: "إنها أول برهنة على أن تقصير التيلومير يرتبط باستهلاك الصودا. هذه النتيجة ليست لها علاقة بالسن، أو العرق، أو المستوى الاجتماعي، أو التعليمي".

ثم إنه من المحتمل أن تكون النتائج التي لوحظت عند البالغين، هي نفسها التي يمكن أن تظهر عند الأطفال. وقد بينت دراسات سابقة أن تقصير التيلومير مرتبط أيضا بالأكسدة على مستوى الأنسجة والالتهاب ومقاومة الأنسولين، وأن استهلاك ما يقارب 0,59 لتر يوميا من الصودا يجعل العمر البيولوجي متقدما ب 4,6 سنوات.

وحسب سيندي لونغ الباحثة بجامعة كاليفورنيا سان فرانسيسكو، فإن تأثير المشروبات الغازية المحلاة في طول التيلومير، يشبه إلى حد بعيد تأثير التدخين، والتأثير العكسي للأنشطة الرياضية.

المصادر: **جامعة كاليفورنيا سان فرانسيسكو ساينس ديلي**