

تابش نور خورشید، مردان را گرسنه می‌کند

نتایج تحقیقات جدید نشان می‌دهد، مردانی که در برابر نور خورشید قرار می‌گیرند، بیشتر گرسنه می‌شوند.

به گزارش سایت خبری پرسون، آفتاب تابستانی می‌تواند با احساس گرما، تعریق و تا حدودی آفتاب سوختگی همراه باشد اما بررسی‌ها نشان می‌دهد که نور خورشید ممکن است مردان را گرسنه تر کند زیرا باعث ترشح هورمون افزایش دهنده اشتها موسوم به "گرلین" از ذخایر چربی موجود در پوست آنها می‌شود.

نتایج این مطالعه ارائه دهنده شواهد بیشتری است که نشان می‌دهد اثرات قرار گرفتن در معرض نور خورشید ممکن است پیچیده تر از آنچه باشد که در ابتدا تصور می‌شد.

این موضوع به خوبی شناخته شده است که قرار گرفتن در معرض بیش از حد نور خورشید خطر ابتلا به سرطان پوست را افزایش می‌دهد، اما مطالعات اخیر نشان داده اند که قرار گرفتن در معرض آفتاب به میزان قابل قبول ممکن است با کمک به محافظت در برابر بیماری های قلبی عروقی و سایر عوامل مرگ و میر، امید به زندگی را به طور متوسط افزایش دهد.

در این بررسی متخصصان به مطالعه داده‌های ۳۰۰۰ شرکت کننده که در یک نظرسنجی تغذیه شرکت کرده بودند، پرداختند. آنان دریافتند که مردان نسبت به زنان در طول ماه های تابستان میزان بیشتری مواد غذایی مصرف می‌کنند.

به گفته متخصصان، این تاثیر زیاد نبوده و معادل مصرف ۳۰۰ کالری اضافی در روز بوده اما با گذشت زمان می‌تواند به افزایش وزن منجر شود.

به گزارش روزنامه گاردین، متخصصان به منظور بررسی‌های بیشتر شرکت کنندگان مرد و زن را برای مدت ۲۵ دقیقه در معرض نور خورشید قرار دادند و دریافتند که این کار باعث افزایش سطح هورمون تقویت‌کننده اشتها در خون مردان می‌شود اما این تاثیر در زنان مشاهده نشد.

منبع: ایسنا