

Dipendenza da cibo: gli alimenti grassi sono una “droga”

Autore: francesca

Data: 06 Luglio 2011



Un team di ricercatori americani e italiani ha scoperto come mai mangiare [cibi particolarmente grassi](#) sia in un certo senso gratificante e provochi quella soddisfazione che ci induce a non smettere di mangiarli. Tra gli alimenti “incriminati” non potevamo certo mancare le patatine fritte che provocano nei consumatori una sorta di **dipendenza** simile a quella dalla **droga**.

Il motivo per cui sono irresistibili? Adesso non è più un segreto. A quanto pare, certi tipi di alimenti, inducono lo stomaco a produrre certe sostanze chiamate [endocannabinoidi](#), molto simili a quelle contenute in alcune droghe leggere, tra cui marijuana.

La produzione di queste sostanze provoca nell'organismo il desiderio di continuare a consumare questa categoria di **alimenti**. Alla luce di queste scoperte forse dovremmo cominciare a consumare i nostri pasti in maniera intelligente.

Riferimento articolo: <https://www.donnaclick.it/salute-donna/dipendenza-da-cibo-gli-alimenti-grassi-sono-una-droga/>

Generato il 30/04/2025