



Η επιστημονική κοινότητα ήθελε πάντα να μάθει γιατί οι άνθρωποι που καταναλώνουν πολύ αλάτι είναι επιρρεπείς στην ανάπτυξη προβλημάτων υγείας, όπως πέτρες στα νεφρά και οστεοπόρωση.

Ερευνητές του Πανεπιστημίου της Αλμπέρτα μπορεί να έχουν λύσει την απορία, μέσω εργαστηριακών πειραμάτων σε ζώα και κύτταρα. Ο κύριος ερευνητής Todd Alexander και η ομάδα του ανακάλυψαν πρόσφατα μια σημαντική σχέση μεταξύ νατρίου και ασβεστίου. Αυτά τα δύο φαίνεται να ρυθμίζονται από το ίδιο μόριο. Όταν η πρόσληψη νατρίου είναι πάρα πολύ υψηλή, το σώμα το αποβάλλει μέσω των ούρων, συμπαρασύροντας και ποσότητες ασβεστίου, εξαντλώντας τα αποθέματα ασβεστίου του οργανισμού. Τα υψηλά επίπεδα ασβεστίου στα ούρα οδηγούν στην ανάπτυξη νεφρικών λίθων, ενώ τα ανεπαρκή επίπεδα σε λεπτά οστά και οστεοπόρωση.

Όπως εξηγεί ο Todd Alexander “αυτό είναι σημαντικό επειδή τρώμε όλο και περισσότερο νάτριο με τη διατροφή μας, που σημαίνει ότι το σώμα μας αποβάλλει όλο και περισσότερο ασβέστιο”. Προσθέτει ότι τα ευρήματα της μελέτης, που δημοσιεύτηκαν πρόσφατα στο περιοδικό *American Journal of Physiology - Renal Physiology*, ενισχύουν την αναγκαιότητα να ακολουθούμε χαμηλή σε νάτριο διατροφή και επιβεβαιώνουν ότι είναι σημαντικό τα επεξεργασμένα τρόφιμα να έχουν μειωμένα επίπεδα νατρίου. Είναι γνωστό εδώ και πολύ καιρό ότι αυτό το σημαντικό μόριο ήταν υπεύθυνο για την απορρόφηση του νατρίου από το σώμα, αλλά η ανακάλυψη ότι παίζει επίσης ρόλο στη ρύθμιση των επιπέδων του ασβεστίου είναι νέα. “Βρήκαμε ένα μόριο που φαίνεται να έχει δύο ρόλους - τη ρύθμιση των επιπέδων του ασβεστίου και του νατρίου στο σώμα. Τα ευρήματά μας παρέχουν πολύ πραγματική βιολογική ένδειξη ότι αυτή η σχέση μεταξύ νατρίου και ασβεστίου είναι πραγματική”.

Στην έρευνά τους, η ομάδα εργάστηκε με μοντέλα που δεν έχουν αυτό το σημαντικό μόριο. Έτσι τα ούρα τους περιείχαν υψηλά επίπεδα ασβεστίου. Επειδή το ασβέστιο δεν απορροφήθηκε από τον οργανισμό, τα οστά ήταν λεπτά. Η ανακάλυψη θα μπορούσε να οδηγήσει σε ανάπτυξη φαρμάκων για την θεραπεία της νεφρολιθίασης και της οστεοπόρωσης.

Πηγή: MedicalNewsToday