Ishrana bogata mastima nije dobra za srce, kao ni za ?itav organizam jer uzrokuje lan?anu reakciju koja ugro&#65533;ava funkcije metabolizma, saopštili su nau?nici u najnovijoj studiji objavljenoj u SAD.

 Prema istra&#65533;ivanju sprovedenom nad laboratorijskim &#65533;ivotinjama, naš "unutrašnji ?asovnik", ?iji ciklus traje 24 sata i kojim se reguliše ritam spavanja i budnosti i ose?aj gladi, usko je povezan s metabolizmom...
 Ishrana koja sadr&#65533;i mnogo kalorija mo&#65533;e da ugrozi unutrašnji ?asovnik i pokrene neku "vrstu za?aranog kruga kojim se pove?ava opasnost od gojaznosti i dijabetesa".

 "Unutrašnji ?asovnik i metabolizam predstavljaju dva usaglašena sistema u organizmu. Ako se poremeti ritam jednog sistema onda se bele&#65533;e ne&#65533;eljene pojave i u drugom", izjavio je za ?asopis "Sel metabolizm" (Cell Metabolism) ameri?ki endokrinolog D&#65533;o Bas sa Univerziteta u ?ikagu

 Tokom istra&#65533;ivanja, laboratorijski miševi hranjeni su masnijom hranom. Posle dve nedelje, oni su promenili ritam spavanja i budjenja, tako što su prekidali period odmora da bi jeli.