

# งานวิจัยชี้โมเลกุลของถั่วอาจช่วยลดอาการอักเสบ และปรับปรุงการเผาผลาญของเซลล์ไขมันได้



การศึกษาล่าสุดที่ได้รับทุนสนับสนุนจากคณะกรรมการอุตสาหกรรมการผลิตถั่วและผลไม้อบแห้งนานาชาติ (INC) ซึ่งตีพิมพ์ในวารสาร Communications Biology[1] แสดงให้เห็นว่าถั่วบางชนิด เช่น วอลนัทและเฮเซลนัท อาจช่วยเพิ่มระดับเผาผลาญของเซลล์ไขมันได้ นอกจากนี้ การศึกษายังเผยให้เห็นคุณสมบัติในการต่อต้านอาการอักเสบที่มีอยู่ในถั่วเหล่านี้ด้วย

โรคอ้วน คือการขยายตัวของเนื้อเยื่อไขมันที่กักเก็บพลังงานส่วนเกินซึ่งร่างกายรับเข้าไป การรับแคลอรีเข้าร่างกายในปริมาณที่มากเกินไป อาจนำไปสู่การก่อตัวของเซลล์ไขมัน ซึ่งจะส่งผลให้เกิดการเสื่อมสภาพ (เซลล์แก่) อันเนื่องมาจากการผลิตโมเลกุลที่เป็นสารก่อการอักเสบเพิ่มมากขึ้น ในขณะที่การอักเสบระดับต่ำเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยพัฒนาความต้านทานอินซูลินและเบาหวานชนิดที่ 2 ในโรคอ้วน

การศึกษานี้ยังแสดงให้เห็นถึงลักษณะพิเศษของ miRNA (ไมโครอาร์เอ็นเอ หรือกรดนิวคลีอิกขนาดเล็กที่ควบคุมการแสดงออกของยีน) และนาโนเวสิเคิลที่เป็นพาหะ (เกิดขึ้นในการสื่อสารระหว่างเซลล์) ซึ่งสกัดได้จากวอลนัทและเฮเซลนัท และถูกนำไปทดสอบประสิทธิภาพด้านการอักเสบและการเผาผลาญในเซลล์ไขมัน

นักวิจัยพบว่า miR ในพืชสองชนิด (miR156c และ miR159a) สามารถจำกัดการตอบสนองต่ออาการอักเสบและฟื้นฟูปฏิบัติการสนองต่ออินซูลินในหนูอ้วน (เลี้ยงด้วยอาหารที่มีไขมันสูง) ซึ่งผลลัพธ์ดังกล่าวได้แสดงให้เห็นว่า

miR ของถั่วสามารถเข้าไปช่วยปรับปรุงเผาผลาญของเซลล์ไขมัน อีกทั้งยังเป็นการค้นพบคุณสมบัติในการต้านการอักเสบของสารอาหารที่มาจากพืช (เช่น ถั่ว) ในการรักษาโรคที่มีอาการอักเสบในระดับต่ำได้เป็นครั้งแรก

“การวิจัยของเราได้พิสูจน์ให้เห็นว่าในถั่วมีกรดนิวคลีอิกที่สามารถจำกัดการพัฒนาความผิดปกติของการเผาผลาญอาหารที่เชื่อมโยงกับโรคอ้วนได้จากคุณสมบัติในการออกฤทธิ์และต้านอาการอักเสบในระดับสูง” Dr. Lettieri Barbato นักวิจัยจากมหาวิทยาลัยโรม “ตอร์ เวอร์กาตา” ซึ่งเป็นนักวิจัยหลักของการศึกษานี้กล่าว

การศึกษานี้ได้รับการสนับสนุนโดย INC

เกี่ยวกับสภาอุตสาหกรรมการผลิตถั่วและผลไม้อบแห้งนานาชาติ (INC)

INC คือองค์กรระดับนานาชาติที่เป็นตัวแทนของอุตสาหกรรมการผลิตถั่วและผลไม้อบแห้ง สมาชิกขององค์กรประกอบด้วยบริษัทผู้ผลิตถั่วและผลไม้อบแห้งกว่า 800 แห่งจากกว่า 80 ประเทศ สมาชิกของ INC ครองส่วนแบ่งกว่า 85% ของมูลค่าการซื้อขายถั่วและผลไม้อบแห้งหน้าฟาร์มทั่วโลก INC มีพันธกิจในการกระตุ้นและสนับสนุนให้อุตสาหกรรมการผลิตถั่วและผลไม้อบแห้งทั่วโลกเติบโตอย่างยั่งยืน นอกจากนี้ INC ยังเป็นองค์กรชั้นนำด้านสุขภาพ โภชนาการ สติติ ความปลอดภัยทางอาหาร รวมถึงข้อกำหนดและมาตรฐานสากลที่เกี่ยวข้องกับถั่วและผลไม้อบแห้ง

สื่อมวลชนกรุณาติดต่อที่อีเมล [press@nutfruit.org](mailto:press@nutfruit.org), [communications@nutfruit.org](mailto:communications@nutfruit.org) หรือโทร.

+34-977-331-416.

อ้างอิง:

[1] Aquilano K., Ceci V., Gismondi A., De Stefano S., Iacovelli F., Faraonio R., ...& Lettieri-Barbato D. (2019). Adipocyte metabolism is improved by TNF receptor-targeting small RNAs identified from dried nuts. *Communications Biology*, 2:317.

รูปภาพ - [https://mma.prnewswire.com/media/966071/INC\\_Press\\_Release\\_Nuts\\_and\\_Inflammation.jpg](https://mma.prnewswire.com/media/966071/INC_Press_Release_Nuts_and_Inflammation.jpg)

โลโก้ - [https://mma.prnewswire.com/media/841367/INC\\_Logo.jpg](https://mma.prnewswire.com/media/841367/INC_Logo.jpg)