

دراسة تكشف أن الجينات تتحكم في تفضيلات الطعام عن بعضها

22 ديسمبر، 2024



كشفت دراسة جديدة لعلماء من جامعة «إدنبره» في اسكتلندا، و«هيومان تكنوبول» في ميلانو بإيطاليا، الأسباب التي تجعل الناس يحبون بعض الأطعمة ولا يطيقون رائحة الأخرى، ووجدوا أن ذلك له علاقة تتعدى ثقافتهم أو حتى براعم التذوق لديهم، إلى الجينات التي تلعب دوراً مهماً.

وحدد الباحثون المئات من المتغيرات الجينية «الاختلافات في التركيب الجيني للأشخاص»، المرتبطة برغبتهم في أطعمة معينة، بما في ذلك، تلك المرتبطة بحب الينسون، والأفوكادو، والفلفل الحار، وشرائح اللحم، والأسماك الزيتية، وغيرها الكثير.

وفي أكبر دراسة وراثية لرغبات الطعام نُشرت (الأربعاء) في دورية «نيتشر كومينيكيشن»، درس الباحثون أكثر من 150 ألف شخص لديهم ولع بـ137 نوعاً من الأطعمة والمشروبات المختلفة، ووجدوا 401 متغير جيني أثّرت في الأطعمة التي يحبها المشاركون، وأثر الكثير من هذه المتغيرات على حب الأشخاص لأكثر من طعام، وبعضها أثر فقط على طعام معين، وعلى سبيل المثال، ارتبط بعض المتغيرات الجينية بالتمتع بسمك السلمون فقط، في حين ارتبطت مجموعات أخرى من المتغيرات بالإعجاب بالأسماك الزيتية أو جميع الأسماك بشكل عام.

واستخدم الفريق البحثي الاستبيانات والتحليل الجيني لتطوير ما

تسمى «خريطة الطعام»، التي تبين كيف يتأثر تقدير المشاركين لمجموعات الطعام والنكهات المحددة بمتغيرات وراثية مماثلة. وتكشف الخريطة عن ثلاث مجموعات رئيسية من الأطعمة، التي تشترك في مكون وراثي مماثل، وتتكون المجموعة الأولى منها ذات السعرات الحرارية العالية، والأطعمة المستساغة للغاية، مثل اللحوم ومنتجات الألبان والحلويات، ومجموعة أخرى تتكون من الأطعمة ذات المذاق القوي والمعروفة باسم «المكتسبة»، بما في ذلك الكحول والخضراوات اللاذعة، ومجموعة ثالثة تحتوي على أطعمة منخفضة السعرات مثل الفاكهة والخضراوات.

واكتشف الباحثون أن مجموعات الطعام الثلاث تشترك أيضاً في جينات معروفة بأنها مرتبطة بصفات صحية مميزة، فعلى سبيل المثال، تتأثر الأطعمة المستساغة للغاية بنفس المتغيرات الجينية المرتبطة أيضاً بالسمنة وانخفاض مستويات النشاط البدني، ويتأثر الاهتمام الأكبر بالفواكه والخضار بنفس المتغيرات المرتبطة بمستويات أعلى من النشاط البدني.

وفوجئ الفريق بالعثور على اختلافات جينية بين الإعجاب بمجموعات فرعية من الأطعمة ضمن الفئة نفسها، فعلى سبيل المثال، توقعوا أن تكون المتغيرات الجينية المتعلقة بإعجاب الخضار متسقة في جميع أنواع الخضار، مما يعني أن الأشخاص الذين يحبون نوعاً منها يحبونها جميعها.

وبدلاً من ذلك، وجدوا علاقة ضعيفة بين الجينات المرتبطة بالخضار المطبوخة والسلطة، والجينات المرتبطة بخضار ذي مذاق أقوى مثل السبانخ والهيلون.