

MECCANISMI FISIOLGICI DELLA SAZIETÀ CON IL DR. FILPPONI

INTRODUZIONE

All'interno del sistema fame-sazietà si ha sia un coinvolgimento del sistema nervoso centrale che del sistema nervoso periferico.

VIE DI CONTROLLO CENTRALI

DIRETTA

Inizia dall'ipotalamo laterale mediante neuroni specifici.

INDIRETTA

Interpreta i segnali provenienti dal nervo vago e dal tronco encefalico

ORMONI NEL SNP

GRELINA

Ha funzione oressizzante, stimola l'ipofesi a produrre il GH, regola il bilancio energetico e il deposito dei grassi. Attiva l'assunzione di cibo in collaborazione con il neuropeptide Y.

COLECISTOCHININA

Promuove la digestione di grassi e proteine e rallenta lo svuotamento gastrico.

PEPTIDE YY

Secreto dalle cellule L dell'ileo, del colon e del retto. La sua produzione è stimolata dalle calorie introdotte, ma anche dall'esercizio fisico e dagli acidi biliari

GLP-1

Prodotto anch'esso dalle cellule L dell'intestino e la sua concentrazione aumenta dopo il pasto. Riduce la glicemia, rallenta lo svuotamento gastrico e inibisce l'assunzione di cibo

LEPTINA

Presente nel tessuto adiposo bianco, è un ormone proteico anoressigeno, aumenta il metabolismo del glucosio, l'ossidazione degli acidi grassi, aumenta la pressione e la frequenza cardiaca, regola la massa ossea e il centro dell'appetito.

DR. FILIPPONI STEFANO

Dietista libero professionista laureato presso l'Università degli studi di Pisa, attualmente in borsa di ricerca presso Dipartimento di patologia chirurgica, medica, molecolare e area critica e dal 2019 autore di diversi libri di settore.

NC PODCAST

NC Podcast è una serie podcast che aiuta i clinici a tenersi sempre aggiornati su temi riguardanti la nutrizione clinica alla luce delle evidenze disponibili. Questa serie vuole fornire strumenti che possano andare ad ottimizzare la pratica clinica quotidiana.