

عنوان مقاله:

اثرات سلامت بخش اسید لینولئیک کونژوگه بعنوان یک ترکیب فراویژه در فراورده های شیری

محل انتشار:

دومین کنفرانس ملی غذای فراسودمند (عملگر) (سال: 1387)

تعداد صفحات اصل مقاله: 4

نویسندگان:

نسرین مویدنیا - عضو باشگاه پژوهشگران جوان- دانشجوی دکتری تخصصی رشته علوم و صنایع غذایی

محمدرضا احسانی - استاد گروه علوم و صنایع غذایی دانشکده کشاورزی دانشگاه تهران

خلاصه مقاله:

یا CLA اسید لینولئیک کونژوگه واژه ای است برای نامیدن یکی از ایزومرهای مکانی و هندسی اسیدلینولئیک که یک اسید چرب ضروری است. توجهات اخیر فراوان به این اسیدچرب بدلیل قابلیت فراوان آن در اثرات مفیدش برای سلامتی است. فراورده های لبنی و نیز سایر غذاهای بدست آمده از پستانداران نشخوارکننده منبع اصلی CLA هستند. ایزومر 9 سیس- 11 ترانس آن فعالترین ایزومر بیولوژیک آن است که در چربی شیر و کل رژیم غذایی انسان یافت می گردد. به تازگی نیز فعالیت بیولوژیکی برخی ایزومرهای دیگر آن خصوصا ترانس 10 - سیس 12، مورد بررسی و اثبات قرار گرفته است. عواملی چون رژیم غذایی گاو می نوانددر محتوای CLA چربی شیر گاو تاثیر داشته باشد پس از آنجایی که محتوای CLA فراورده های لبنی با محتوای چربی آنها در ارتباط است لذا میزان CLA در فراورده های پرچرب بیشتر از کم چرب است. از آنجایی که با دستکاری و تغییر در رژیم غذایی دام میتوان میزان CLA چربی شیر آنها را تغییر داد پس میتوان به این ترتیب میزان CLA موجود در رژیم غذایی انسان را نیز افزایش داد. برخی از اثرات مفید و سلامت بخش CLA که در مقیاس آزمایشگاهی و بروی حیوانات آزمایشگاهی مورد بررسی و اثبات قرار گرفته اند شامل: اثرات ضد سرطانی، اثرات ضد گرفتگی سرخرگها، تغییر ساختار بافتی بدن، افزایش عملکرد سیستم ایمنی، افزایش ساخت و تشکیل بافت استخوانی و اثرات ضد دیابتی

کلمات کلیدی:

اسید لینولئیک کونژوگه، چربی شیر، سلامتی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/161301>

