

Skoro duży mózg sprawia, że jesteśmy najinteligentniejszymi z naczelnych, dlaczego dręczy nas plaga otyłości? George Armelagos, antropolog z Emory University, uważa, że **przyczyny należy upatrywać w stosunkowo małym żołądku i krótkim jelicie grubym** (*Journal of Anthropological Research*).

Historia ewolucyjna zaopatrzyła nas w mózg, który przez większość czasu koncentruje się na jedzeniu i w jelito niedopasowane do dzisiejszego zróżnicowania i objętości wysokokalorycznych pokarmów – przekonuje Amerykanin.

Dziennikarz Michael Pollan spopularyzował związane z tym zagadnieniem pojęcie "dylematu wszystkożercy", gdzie pragnieniu dietetycznej różnorodności towarzyszy ryzykowne poszukiwanie nowości. Pozostając w tym samym nurcie, Armelagos, specjalista od bioarcheologii i prehistorycznej diety, utrzymuje, że *nasze współczesne wzorce odżywiania odzwierciedlają, w jaki sposób Homo sapiens ewoluował i rozwiązywał dylemat wszystkożercy. Nasza chętką na określone pokarmy nie datuje się na kilka lub nawet 10 tys. lat wstecz, lecz liczy sobie miliony lat.*

Przez wieki nasi przodkowie funkcjonowali na obrzeżach środowiska, zbierając tam i polując. Rozwój kory nowej wspomógł pamięć i zdolności społeczne, co znacznie ułatwiło znajdowanie jadalnych roślin i ofiar w nieprzewidywalnym klimacie. Większy mózg oznaczał jednak wzrost zapotrzebowania na kalorie. Choć stanowi zaledwie 2% masy ciała, ludzki mózg zużywa aż 20% energii. Około 2 mln lat temu u przedstawicieli rodzaju Homo rozpoczęła się ewolucja mniejszych, w porównaniu do innych naczelnych, jelit.

Hipoteza kosztownej [w utrzymaniu] tkanki zakłada, że duży mózg jest zasilany energią zaoszczędzoną przez posiadanie mniejszego żołądka i krótszego jelita grubego. Bez względu na przyczynę zmian w obrębie układu pokarmowego, nie ulega wątpliwości, że wzmogły one zapotrzebowanie na wysokiej jakości pokarmy wysokokaloryczne. Potem pojawiło się rolnictwo, gotowanie, industrializacja pokarmu, a wreszcie fast foody.

Armelagos twierdzi, że prześledzenie naszej prymitywnej przeszłości pozwala bez problemu wytropić biologiczne podłoże epidemii otyłości. *Rozwiązanie tego złożonego problemu biokulturowego nie jest już jednak takie proste.*

Autor: **Anna Błońska**

www.KoaplniaWiedzy.pl