



Pranzo di Natale, cenone di Capodanno, merendina di Santo Stefano... durante le feste è impossibile non abbuffarsi. Ma come mai a volte riusciamo a mangiare ben più di quello che il nostro senso di sazietà ci segnala?

Il colpevole ha un nome, si chiama **Grelina** ed è un ormone che regola l'appetito e ci fa sentire i morsi della fame.

I ricercatori dell'**Università del Texas** hanno esaminato gli effetti dell'ormone su dei topi: iniettando la sostanza continuavano a mangiare nonostante fossero sazi, mentre disattivando l'ormone i roditori non cercavano più di ingurgitare cibo, anzi, mostravano un totale disinteresse.

Dopo aver scoperto la causa "**chimica**" ora la scienza dovrà capire come il cervello produca la grelina e soprattutto perché ne mette in circolo di più in determinate situazioni.

**Approfondimenti:** [Wikipedia](#)