

Abstrakt:

Bylo prokázáno, že omezení příjmu kalorií má širokou škálu příznivých účinků na zdraví a dlouhověkost, ačkoli jeho účinky na mozkové funkce nejsou tolik známé. Tato práce shrnuje současný stav výzkumu účinků omezení příjmu kalorií na neuroplasticitu, včetně studií zkoumajících molekulární, strukturální a behaviorální účinky omezení stravy na zvířecích a lidských modelech. Celkově důkazy naznačují, že omezení příjmu kalorií podporuje neuroplasticitu. Aby však bylo možné plně porozumět mechanismům, které jsou základem těchto účinků, a určit optimální trvání a intenzitu omezení příjmu kalorií, je potřeba dalších výzkumů.

Klíčová slova: Kalorická restrikce, neuroplasticita, dieta, kognice, neurogeneze, metabolismus