

GLYCOSCIENCE

Negatívny vplyv cukrov na kvalitu pleti začali odborníci skúmať zhruba pred 15 rokmi. Vtedy ale ešte neexistovali prístroje, ktoré by odhalili skutočné účinky a proces poškodzovania pleti. Dnes už máme jasno. Jedálniček bohatý na cukry poškodzuje štruktúru kože a urýchľuje jej starnutie vplyvom procesu zvaného glykácia. Jedná sa o chemickú reakciu, pri ktorej sa cukry v krvnom obehu viažu na molekuly bielkovín a vytvárajú tak nové konečné produkty glykácie zvanej AGEs (advanced glycation end products).

Ich množstvo v tele samozrejme ovplyvňuje rad faktorov, zásadný vplyv na ňu má ale práve konzumácia cukrov. A bohužiaľ čím viac im holdujeme, tým viac týchto škodlivých látok v tele máme. Podľa odborníkov je po 40. roku života vyššia hladina AGEs v organizme normálna. V poslednom čase ale rapídne stúpa u stále mladších ľudí, čo údajne súvisí s modernými stravovacími návykmi. S nimi teda trpí nielen naša postava, ale aj vzhľad.

Najviac ohrozené sú v prípade glykácie kolagén a elastín, bielkovinové vlákna, ktoré tvoria základ kožných buniek. "V zdravej koži sú tieto vlákna pevné a elastické, umožňujúce koži sa hýbať, napínať a vracieť sa do pôvodnej podoby. Prirodzeným starnutím a vplyvom UV žiarenia však dochádza k zníženiu pružnosti kože, čo sa zvyčajne začína prejavovať okolo 35. roku života. Keď k tomu ale pridáme zvýšenú konzumáciu cukrov, môže vplyvom glykácie dochádzať k procesu starnutia oveľa skôr a s vekom sa potom významne urýchľuje," hovorí dermatologička Simona Ulbrichtová a podotýka, že obzvlášť evidentné sú negatívne vplyvy glykácie u ľudí chorých na cukrovku, ktorí často vyzerajú staršie, než v skutočnosti sú. Podľa niektorých štúdií môžu mať títo ľudia až 50x viac AGEs v koži ako zdravý človek. Kvôli tomu potom pokožka rýchlo stráca pružnosť, odolnosť, ochabuje, je náchylnejšia na vznik vrások, výskyt zápalov aj poškodeniu UV žiarením.

Samotný proces glykácie má na ľudský organizmus podľa výskumov ešte širší dosah. Netrpí ním totiž iba naša koža. Vplyvom poškodzovania kolagénu, základnej stavebnej hmoty spojivových tkanív, ktorá tvorí až 30% bielkovín v tele, môže byť ohrozené aj naše zdravie, ako hybnosť kĺbov. "Sladké" procesy v tele majú na svedomí aj vznik voľných radikálov, nestabilných molekúl, ktoré poškadzujú kožné bunky na úrovni DNA. K tomu pridajte voľné radikály vzniknuté UV žiarením, stresom, fajčením, znečisteným životným prostredím a výsledkom môže byť celkové oslabenie imunity človeka. Navyše, molekuly AGEs znižujú schopnosti prirodzených anti-oxidačných látok v tele, takže riziko poškodenia organizmu ešte stúpa.

Glycoscience alebo glykoveda je chémia cukru, použitie substancií na základe cukru. Glykácia vzniká nekontrolovateľným naväzovaním na štruktúru molekúl bielkovín a glykácia na koži najviac zasahuje medzibunkovú hmotu kolagén a elastín.

Ako zabráníme negatívnemu vplyvu cukrov na pleti?

Glykány hrajú úlohu v matrixu a miznú z pleti vekom a pridávaním do pleti sa zmierňuje poškodenie a navyše bránia procesu glykácie. Vedcom sa podarilo dať glykány do kozmetických výrobkov JAFRA, čím sa zvyšuje účinnosť výrobkov, pôsobia ako magnet vlhkosti a zabraňujú ešte intenzívnejšie proti strate pružnosti a starnutiu. Vedci pridali i ďalšie prírodné prvky pre ochranu pleti, ktoré spracovali za studena a tak sú veľmi jemné, šetrné k pleti a ešte účinnejšie ako predtým.

Cukor hraje úlohu v matrixu. Čím viac glykánov máme, tým lepšie pre pleť. Komunikujú medzi bunkami, dávajú vlhkosť, pôsobia ako magnet – pokožka je hydratovanejšia, hladšia, mladistvejšia, zdravšia, dáva pleť do rovnováhy. Vďaka glycoscience máme lepšie, viditeľnejšie výsledky na pleti a pleť je žiarivejšia a mladšia.



