

„Bezpieczne dawki” cukru mogą być toksyczne

18 sierpnia 2013

Codzienne spożywanie cukru, w dawkach powszechnie uznawanych za bezpieczne, może być szkodliwe dla naszego zdrowia – wynika z badań opublikowanych na łamach „Nature Communications”

Naukowcy z University of Utah zastosowali u myszy dietę, w której zwiększyli o 25 proc. zawartość cukru – co odpowiadało zdrowej diecie człowieka wzbogaconej o trzy puszki słodzonych napojów gazowanych. I co się okazało? Śmiertelność u samic myszy wzrosła dwukrotnie, miały one także mniejszą liczbę potomstwa niż myszy na diecie bez dodatkowego cukru. Natomiast u samców naukowcy zauważyli, że prawdopodobieństwo utrzymania terytorium i rozmnożenia się spadło o 25 proc.

Mimo iż nie zauważono, by myszy przybrały na wadze czy miały problem z metabolizmem, to śmiertelność u tych zwierząt znacznie się zwiększyła.

„Nasze wyniki dowodzą, że dodatek cukru w dawkach uważanych obecnie za bezpieczne, wywiera dramatycznie niekorzystny wpływ na zdrowie ssaków” – powiedział Wayne Potts prof. biologii z University of Utah. „Sam zmniejszyłem spożycie rafinowanego cukru i namówiłem do tego moją rodzinę” – dodał.

Naukowców najbardziej zszokował fakt, że myszy spożywały taką ilość cukru, która jest powszechnie uznawana za bezpieczną dla naszego zdrowia. „Pokazaliśmy, że ilość cukru, którą ludzie zwykle spożywają i którą agencje regulacyjne uważają za bezpieczną – ma szkodliwy wpływ na zdrowie ssaków” – powiedział dr James Ruff, główny autor badań.

Badania zostały sfinansowane przez National Institutes of Health i National Science Foundation.

Źródło: Ekologia.pl