

Popularne słodziki mogą poważnie szkodzić jelitom

11 sierpnia 2021

Według najnowszych badań niektóre sztuczne słodziki mogą powodować poważne problemy zdrowotne. Substancje te mogą sprawiać, że zdrowe bakterie jelitowe zaczną chorować i uszkadzać ściany jelita. Wyniki zostały opublikowane w czasopiśmie *International Journal of Molecular Sciences*.

Wcześniejsze badania wykazały, że sztuczne słodziki mogą zmieniać liczbę i rodzaj bakterii w jelitach. Teraz naukowcy z Anglia Ruskin University (ARU) potwierdzili, że substancje słodzące – sacharyna, sukraloza i aspartam – mogą sprawić, że dwa rodzaje bakterii jelitowych, *E. coli* (*Escherichia coli*) i *E. faecalis* (*Enterococcus faecalis*) staną się patogenne. Bakterie te mogą przyczepiać się, atakować i zabijać komórki Caco-2, które są komórkami nabłonkowymi wyściełającymi ścianę jelita.

Bakterie takie jak *E. faecalis*, które przefenikają przez ścianę jelita, mogą przedostawać się do krwiobiegu i gromadzić się w węzłach chłonnych, wątrobie i śledzionie, powodując szereg infekcji, w tym posocznicę. Naukowcy wykazali, że w stężeniu odpowiadającym dwóm puszkom napoju dietetycznego wszystkie trzy sztuczne słodziki znacznie zwiększyły adhezję zarówno bakterii *E. coli*, jak i *E. faecalis* do jelitowych komórek Caco-2 i w różnym stopniu nasilały tworzenie się biofilmów.

Bakterie rosnące w biofilmach są mniej wrażliwe na leczenie oporności na środki przeciwdrobnoustrojowe, są bardziej skłonne do wydzielania toksyn i ekspresji czynników wirulencji. Dodatkowo sukraloza i aspartam powodowały, że patogenne bakterie jelitowe zaczęły atakować komórki Caco-2 znajdujące się w ścianie jelita.

Jest to pierwsze badanie, które pokazuje patogenny wpływ

niektórych popularnych sztucznych słodzików na bakterie jelitowe. Naukowcy zaznaczają, że nadmierne spożycie cukru jest głównym czynnikiem rozwoju chorób, takich jak otyłość czy cukrzyca, a sztuczne słodziki są często przedstawiane jako zdrowsza alternatywa dla cukru. Potrzebne są jednak dalsze badania, aby lepiej poznać ich wpływ na zdrowie.

Na podstawie: [Mdpi.com](https://www.mdpi.com)

Źródło: [ZmianyNaZiemi.pl](https://zmiany.naziemi.pl)