

# العصائر المعبأة ضارة لجسم الإنسان



الاثنين 3 أكتوبر 2011 12:10 م

حذرت دراسة حديثة من تناول عصائر الفاكهة المعبأة في زجاجات، مؤكدة على أن الزجاج المستخدم في تعبئة هذه العصائر يلحق بالجسم أضراراً كثيرة، يأتي في مقدمتها مرض السرطان، وذلك نتيجة تفاعله مع السكر الموجود في العصائر. كما أشارت الدراسة التي قام بها مجموعة من الباحثين في إنكلترا، إلى أن الطرق التي تصنع بها عبوات العصائر غير آمنة، وقد تشوبها بعض الخطوات الخاطئة التي تضر الجسم، كما أن مرور الوقت على العصائر المعبأة قد يفقدها قيمتها الغذائية. يقول الباحثون، إنه على الرغم من أن الفاكهة تساعد وبشكل كبير في عدم انتشار الخلايا السرطانية في الأمعاء، إلا أنها غالباً ما تفقد جزءاً كبيراً من الألياف الموجودة في الفاكهة، وكذلك تفقد فيتامين "ج"، والمواد الكيميائية المعروفة بمضادات الأكسدة، والتي تساهم في خفض خطر الإصابة بأمراض السرطان. وعلى الرغم من معارضة عدد من الأطباء البريطانيين، إلا أن القائمين على الدراسة أكدوا على أهمية تناول العصائر الطازجة بدلاً من تناول العصائر المعبأة وفقاً لما نشرته الديلي ميل البريطانية.

العرب اليوم