

الصحة العالمية: بدائل السكر قد تزيد خطر الإصابة بعدة أمراض



الجمعة 19 مايو 2023 04:36 م

قالت منظمة الصحة العالمية إنه قد يكون هناك "تأثيرات غير مرغوب فيها محتملة" من الاستخدام طويل الأمد لبدايل السكر مثل زيادة خطر الإصابة بالسكري من النوع الثاني، وأمراض القلب والأوعية الدموية [1] وأوصت المنظمة من يحاول إنقاص وزنه، بعدم استخدام بدائل السكر (المحليات الصناعية)، وقالت إن مراجعة منهجية للأدلة المتاحة تشير إلى أن استخدام المحليات الصناعية، لا يساهم على المدى الطويل في تقليل دهون الجسم لدى البالغين أو الأطفال [2] ونقلت شبكة "سي إن إن" الأميركية عن فران شيسكو برانكا، مدير هيئة التغذية وسلامة الأغذية بمنظمة الصحة العالمية، قوله في بيان صحفي: "الناس بحاجة إلى التفكير في طرق أخرى لتقليل تناول السكريات مثل تناول الأطعمة التي تحتوي على سكريات طبيعية كالفاكهة، أو الأطعمة والمشروبات غير المحلاة". وأضاف برانكا: "لا توفر المحليات الصناعية أي عناصر غذائية مفيدة [3] من الضروري أن يعتمد نظام غذائي متوازن، قليل السكر، من أجل حياة صحية". وأوضحت المنظمة أن توصيتها تنطبق على جميع الأشخاص باستثناء المصابين أصلا بمرض السكري [4]