



## آیا مصرف بستنی باعث اعتیاد می‌شود؟

یک متخصص تغذیه گفت: مصرف بستنی و اعتیاد به آن به آن معنی که مواد مخدر یک حالت فیزیکی و فیزیولوژیکی برای بدن ایجاد کند را به همراه ندارد.

همشهری آنلاین: یک متخصص تغذیه گفت: مصرف بستنی و اعتیاد به آن به آن معنی که مواد مخدر یک حالت فیزیکی و فیزیولوژیکی برای بدن ایجاد کند را به همراه ندارد.

به گزارش باشگاه خبرنگاران، دکتر کیمیایر افزود: مصرف بستنی ممکن است وابستگی و یا دلبستگی ایجاد کند اما باعث اعتیاد نمی‌شود.

دکتر کیمیایر خاطرنشان کرد: مصرف بستنی و موادی مانند شکلات و سایر شیرینی‌جات باعث ترشح هورمون بتاندورفین در هیپوفیز می‌شود که این عامل در فرد حالت سرخوشی به وجود می‌آورد، این شادی و حالت سرخوشی بسیار موقت است.

دکتر کیمیایر در ادامه گفت: افراد چون از نظر ژنتیک متفاوت‌اند و چون بعضی افراد شامه تندی به موادی چون شیرینی، شکلات و وانیل دارند ممکن است به طور ذاتی یک مقدار از نظر ژن علاقه زیادی به این مواد نشان دهند و حالت وابستگی به شیرینی‌جات پیدا کنند ولی مصرف این مواد الزاماً اعتیاد به همراه ندارد.

دکتر کیمیایر در ادامه گفت: افرادی که شیر مصرف نمی‌کنند می‌توانند از بستنی به عنوان یک منبع کلسیم استفاده نمایند اگرچه میزان چگالی کلسیم در یک لیوان بستنی بسیار کمتر از یک لیوان شیر است.