



چاقی نوشیدنی های سرد خطر ابتلا به دیابت را افزایش می دهد

نوشیدنی های بسیار سرد عامل موثری در افزایش خطر ابتلا به چاقی است و چاقی نیز یکی از عوامل اساسی در ابتلا به دیابت نوع ۲ است.

نوشیدنی های بسیار سرد عامل موثری در افزایش خطر ابتلا به چاقی است و چاقی نیز یکی از عوامل اساسی در ابتلا به دیابت نوع ۲ است.

نتایج مطالعات محققان در آمریکا نشان می دهد نوشیدنی های بسیار سرد مثل آب، نوشابه های گازدار و آب میوه ها می توانند عاملی در مسیر ابتلا به دیابت «نوع 2» و چاقی باشند.

متخصصان در توضیح نتیجه این مطالعه می گویند نوشیدنی های بسیار سرد با تاثیر منفی بر بخشی از زبان که مسئول چشیدن شیرینی است، باعث می شود شخص شیرینی غذاهای شیرینی را که پس از این نوشیدنی ها مصرف می کند به خوبی حس نکند.

چنین اتفاقی می تواند موجب می شود احساس سیری شخص به تاخیر بیفتد و فرد غذای شیرین بیشتری مصرف کند، این خطر تا حدی است که حتی می تواند سبب اعتیاد شخص به غذای های حاوی شکر شود.

در این مطالعه به داوطلبان برای مدت زمانی نوشیدنی های سرد داده می شد و پس از نوشیدن این نوشیدنی ها به آنان شکلات و پنیر خورنده شد، آزمایش ها نشان داد این افراد شیرینی شکلات و مواد غذایی شیرین دیگر را چندان حس نمی کردند اما شوری پنیر را به خوبی حس می کردند.

بر اساس نتیجه این مطالعه، نوشیدنی های بسیار سرد می تواند مشوقی در خوردن غذاهای شیرین باشد به همین منظور چنین نوشیدنی هایی می تواند زمینه ساز مصرف خوراک هایی شود که آن خوراک ها در افزایش ابتلا به چاقی و در ادامه ابتلا به دیابت موثرند. (واحد مرکزی خبر)