

جایگزین های قند برای سلامتی مضرند

به گفته دانشمندان، جایگزین های قند نه تنها موجب لاغری نمی شوند، بلکه برای سلامتی انسان ضرر دارند.



به گفته دانشمندان، جایگزین های قند نه تنها موجب لاغری نمی شوند، بلکه برای سلامتی انسان ضرر دارند.

در تحقیقاتی که با شرکت افراد دارای اضافه وزن انجام شده آنها را به دو دسته تقسیم کرده اند.

گروه نخست از جایگزین های قند استفاده و گروه دوم به طور کامل شیرینی را حذف کرده اند.

در نهایت کارشناسان متوجه شده اند، داوطلبان گروه نخست هیچ وزنی کم نکرده اند ولی اعضای گروه دوم چندین کیلوگرم وزن کم کرده اند.

به این ترتیب مصرف جایگزین قند، متابولیسم بدن را کاهش می دهد و همین مانع لاغری می شود.

به گفته متخصصان، همه قندهای مصنوعی که در محصولات خوراکی وجود دارند برای بدن انسان مضر هستند و موجب به هم خوردن فعالیت بسیاری از اعضا می شوند.

در صورت مصرف طولانی مدت جایگزین قند بسیاری از اعضا به بیمارهای مزمن مبتلا می شوند.

علاوه بر این آنها موجب بروز حساسیت و سردردهای دائمی می شوند.

منبع: واحد مرکزی خبر