



مصرف نوشابه های قندی عامل ایجاد چربی های شکمی

در یک تحقیق جدید مشخص شده است که نوشیدن نوشابه های شیرین حاوی مواد قندی با افزایش چربی بدن به خصوص چربی دور شکم مرتبط است.

در یک تحقیق جدید مشخص شده است که نوشیدن نوشابه های شیرین حاوی مواد قندی با افزایش چربی بدن به خصوص چربی دور شکم مرتبط است.

به گزارش خبرنگار مهر، افزایش چربی دور شکمی از عوامل تاثیرگذار بر ابتلا به دیابت و بیماری قلبی است. محققان انجمن قلب آمریکا در تحقیقات اخیر خود نشان داده اند که در بین افراد میانسال، ارتباط مستقیمی بین مصرف بالای نوشابه های شیرین حاوی قند و افزایش چربی درونی بدن وجود دارد.

چربی درونی بدن اطراف برخی از ارگان های داخلی نظیر کبد، لوزالمعده و روده ها را می گیرد. این چربی بر عملکرد هورمون های فرد تاثیر گذاشته و از اینرو نقش مهمی در مقاومت انسولین که عامل تقویت کننده ابتلا به دیابت نوع ۲ و بیماری قلبی است، دارد.

به گفته محققان این تحقیق، افراد باید نسبت به مصرف نوشیدنی های حاوی قند محتاطانه عمل کنند، چراکه نوشابه های حاوی قند ارتباط مستقیمی با ابتلا به دیابت نوع ۲ و بیماری های قلبی دارند.