Le sucre en grande quantité, aussi dangereux que l'abus d'alcool

Compte Test - 2012-02-04 06:00:00 - Vu sur pharmacie.ma

Trois scientifiques américains viennent de montrer que le sucre était aussi dangereux pour la santé que l'alcool lorsqu'il est consommé de façon excessive. Selon eux, un peu de sucre ne pose pas de problème mais que beaucoup tue - lentement.Dans la revue. Leurs travaux, publiés dans la revue Nature, montrent que les effets de la consommation excessive de sucre peuvent ainsi être similaires à ceux d'un abus d'alcool.En effet, l'apport massif de sucre favorise l'hypertension, le diabète, et le risque cardiaque ainsi qu'une surcharge en graisses du foie. Des risques qui contribuent eux-même à l'apparition de certaines maladies non transmissibles, comme les maladies cardiaques, le diabète ou les cancers. Celles-là même qui participent à la mort de 35 millions de personnes chaque année dans le monde, soit davantage que les maladies infectieuses, soulignent-les chercheurs dans leurs travaux. La consommation de sucre dans le monde ayant triplé ces cinquante dernières années, les scientifiques recommandent la mise en place d'une série de mesures parmi lesquelles une qui vise à interdire la vente de boissons sucrées aux mineurs de moins de 17 ans. Parmi les autres suggestions : contrôler le nombre de fast-foods dans les quartiers pauvres et inciter à l'installation de magasins de primeurs et de marchés de produits frais.Pharmacies.ma- 4 février 2012