Les boissons caféinées peuvent augmenter le risque métabolique chez les adolescents

Zitouni IMOUNACHEN - 2015-12-07 18:43:57 - Vu sur pharmacie.ma

Une étude canadienne présentée lors du « Congrès mondial du diabète » de la Fédération internationale, à Vancouver au Canada, avance que les adolescents qui consomment des boissons énergisantes contenant de la caféine pourraient présenter une hausse du taux d'insuline et des problèmes de contrôle glycémique. Ces types de boissons pourraient ainsi contribuer à l'augmentation du risque métabolique.

Les chercheurs de l'Université de Calgary ont recruté 20 adolescents dans leur expérience. Les adolescents ont été invités à boire une boisson énergisante contenant de la caféine ou une boisson énergisante décaféinée (toutes deux sans sucre) en étant à jeun. Quarante minutes plus tard, ils ont subi une épreuve d'hyperglycémie provoquée par voie orale pendant deux heures. Des prises de sang ont été effectuées avant la consommation de la boisson, au début de l'épreuve, puis de nouveau au bout de 30, 45, 60, 90 et 120 minutes.

Les résultats ont montré que la glycémie avait augmenté de 25 % au cours de la période de mesure de deux heures après l'ingestion de la boisson énergisante contenant de la caféine comparativement au groupe témoin. L'augmentation s'accompagnait d'une hausse de 26 % du taux d'insuline. Étant donné que la demi-vie de la caféine est de quatre à six heures, les chercheurs supposent que la consommation de caféine pourrait influer sur la régulation de la glycémie pendant plusieurs heures après l'ingestion.

L'auteure de l'étude, Jane Shearer, a fait part de son inquiétude en expliquant que les « réponses se traduisant par une hausse de la glycémie et du taux d'insuline pourraient contribuer à augmenter par la suite le risque métabolique, notamment celui de diabète de type 2 et de maladies cardiovasculaires, chez les personnes exposées ».