Viande rouge et de volaille et diabète de type 2

Abderrahim DERRAJI - 2017-09-12 17:24:17 - Vu sur pharmacie.ma

Les conclusions d'une analyse récemment publiée dans la revue «Americain Journal of Epidemiology» ont confirmé le lien avéré entre la viande rouge et le risque de diabète de type 2. Les auteurs de cette publication se sont intéressés aux données de 63.257 Chinois adultes de Singapour âgés de 45 à 74 ans. Ces sujets ont été recrutés entre 1993 et 1998 et suivis durant environ 11 ans.

Les chercheurs ont révélé que les adultes dont la consommation de viande rouge et de volaille se situait dans le quartile supérieur avaient, respectivement, un risque accru de 23 et 15% de présenter un diabète de type 2 par rapport aux adultes dont la consommation de viande rouge et la consommation de volaille se situaient dans le quartile inférieur. Les auteurs ont également démontré que la consommation de poissons et de crustacés n'a pas été associée à un risque de diabète de type 2, comme ils ont démontré que l'augmentation du risque associé à la consommation de viande rouge et de volaille baisse quand on remplace la viande par des poissons et des crustacés. Cette étude a également mis en évidence une association positive dose-dépendante entre la teneur en hème-fer dans l'ensemble des viandes et le risque de diabète de type 2