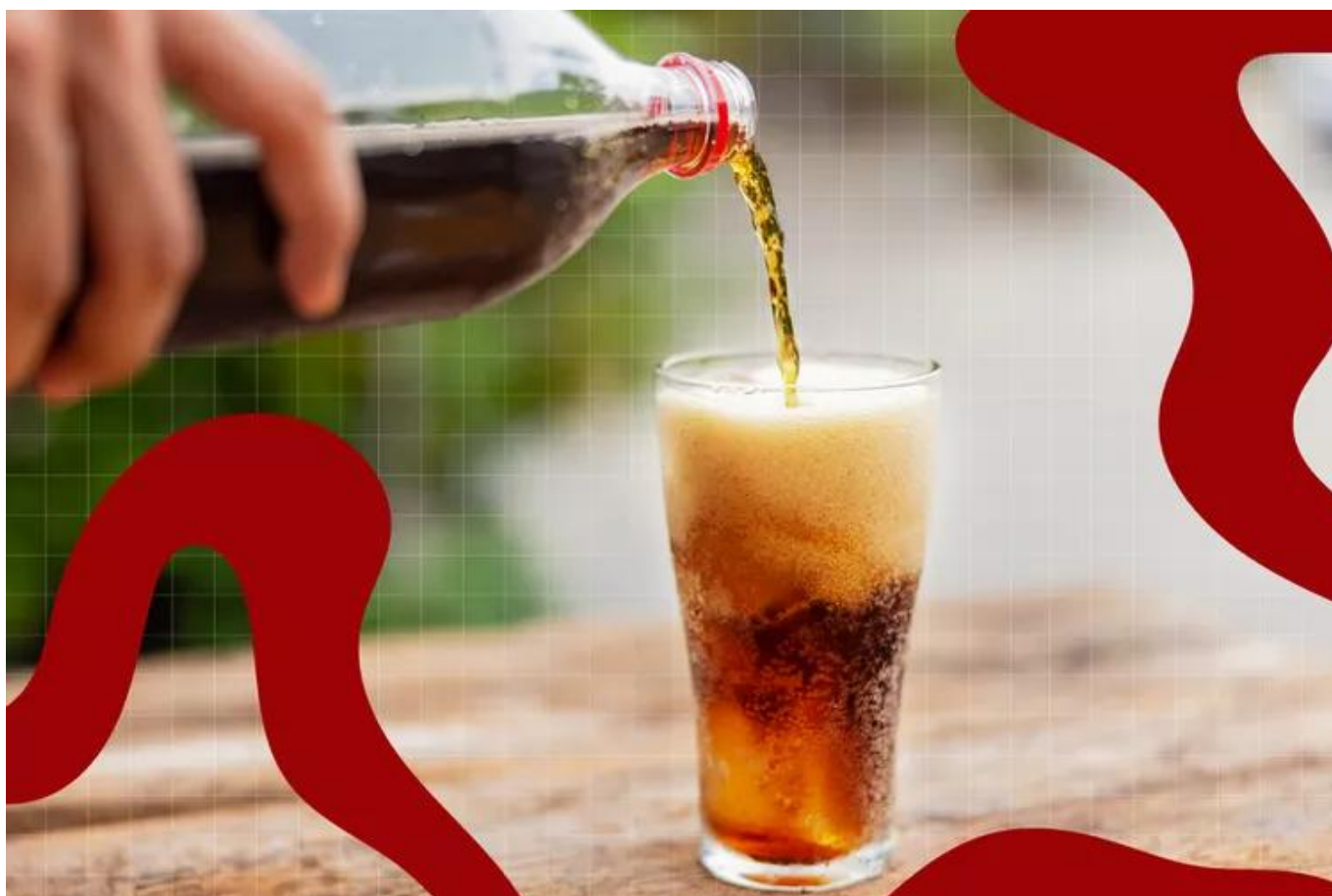


Учёные обнаружили, что диетическая газировка повышает риск развития диабета

Согласно результатам научной работы, представленной на NUTRITION 2025, ежегодном собрании Американского общества питания, диетические напитки могут быть не лучшим вариантом при похудении. Подробнее об этом говорится в статье в журнале Current Developments in Nutrition.

В рамках новой работы учёные использовали данные исследования риска развития коронарной артерии у молодых взрослых (CARDIA). Началось это исследование в 1985 году, а приняли участие в нём 4654 взрослых, почти 55% из которых были женского пола. Средний возраст испытуемых на момент начала исследования составлял 25 лет.

У участников, потребляющих больше всего диетических напитков, вероятность развития диабета была на 129% выше по сравнению с теми, кто употреблял меньше всего таких напитков.



Design elements: Getty Images. EatingWell design

У людей, которые потребляли больше всего сахарина (искусственного подсластителя),

Учёные обнаружили, что диетическая газировка повышает риск развития диабета

риск столкнуться с диабетом был на 110% выше, чем у тех, кто потреблял этого подсластителя меньше всего.

Материалы новостного характера нельзя приравнивать к назначению врача. Перед принятием решения посоветуйтесь со специалистом.