Bilim insanları yıllardır Light içecekleri için reklam yasağı talep ediyor

Christopher Millett, Imperial College London'da halk sağlığı profesörüdür. O ve farklı üniversitelerden sekiz meslektaşı Ocak 2017'de şu başlıklı bir çalışma yayınladılar: ...

Christopher Millett, Imperial College London'da halk sağlığı profesörüdür. O ve farklı üniversitelerden sekiz meslektaşı Ocak 2017'de şu başlıklı bir çalışma yayınladılar: "Yapay tatlandırılmış içecekler ve küresel obezite krizine yanıt". Çalışmanın sonucu içecek endüstrisi için sert bir eleştiridir. Kamuoyu bunu neredeyse hiç bilmemektedir, bu nedenle sonucu bu kanalda yayınlıyoruz.

İşte bağımsız bilim insanlarının özeti: "Yapay tatlandırıcılar küresel obezite krizinin çözümüne katkı sağlamaktan uzak ve bileşimleri (düşük besin yoğunluğu ve gıda katkı maddeleri), tüketim alışkanlıkları (tatlı tatın tercihini teşvik etme potansiyeli) ve çevresel etkileri (doğal kaynakların kötüye kullanılması, kirlilik veya ekolojik toksisiyet) nedeniyle yaygın kronik hastalıklar için potansiyel bir risk faktörü oluşturmaktadır."

Yapay tatlandırıcılar asla "küresel artan obeziteye karşı bir sağlık projesi" nin parçası değildi, aksine şekerli içeceklerin toplumu kilolu ve hasta hale getirdiği bilinir hale geldikten sonra içecek endüstrisinin gelirlerini kurtarmak için çok başarılı bir yöntemdi. Mart 2015'te Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) şeker tüketimi hakkında güncellenmiş kılavuzlar yayınladı ve ulusal hükümetler DSÖ tarafından şeker tüketimini azaltmak için önlemler almaya çağırıldı. Şekerli içecekler giderek artan çocuk ve yetişkin obezitesinin ana nedeni olarak tartışılmaya başlandı. Şekerin tatlı içeceklerle yapılan iş tehlikeye girdi. Uluslararası içecek üreticileri kayıplarını telafi etmek zorunda kaldılar ve reklam milyonlarını kullanarak kimyasal tatlandırıcıları ve Light ürünlerini bir çözüm olarak sunan bir imaj yarattılar.

Ancak yapay tatlandırıcıların kilo alımını önlediğine dair hiçbir somut kanıt yoktur! Prof. Millett ve meslektaşları tam olarak bunu eleştiriyorlar. Bu nedenle bilim insanları "daha sağlam, çıkar çatışmalarından bağımsız araştırmalar" talep etmektedir. Endüstri bunun yerine yapay tatlandırılmış içecek ürün gamını yumuşak içeceklerden aromatik su, meyve suyu, hazır çaylar ve kahveye genişletti.

Şekerli içeceklerin ılımlı veya ara sıra tüketilmesine karşı bir şey yoktur; özellikle vücut sıvı alımının temel kaynağı mümkün olduğunca hücre mevcudiyetine sahip suların düzenli tüketiminden oluşuyorsa. Bunun neden böyle olduğunu ve hücre veya biyoyararlanım

sağlayan suyun "sırrının" arkasında ne olduğunu bu yazıda açıklıyoruz.

Yazıyı burada bulabilirsin: "Yumuşak içecekler nedeniyle artan kalp krizi riski, kanser ve erken ölüm"

Artificially Sweetened Beverages and the Response to the Global Obesity Crisis
https://journals.plos.org/plosmedicine/article?id=10.1371/journal.pmed.1002195

It's good.
to be truu.