

Le soda light, un danger pour la santé ?



On ne sait plus vraiment aujourd'hui quoi manger, quoi boire et à qui faire confiance puisqu'on dirait que tout ce qui nous entoure représente un danger pour notre santé. En tout cas, c'est ce qu'on peut dire car il semblerait que maintenant, le soda light favorise les accidents vasculaires. C'est le résultat conclu à partir d'une étude qui porte le nom de Northern Manhattan Study. Cette étude s'est concentrée sur un panel de 2564 personnes vivant à New York. Selon le Dr Hannah Gardener, épidémiologiste de la faculté de médecine de l'Université de Miami : « si ces résultats sont confirmés par d'autres études futures, ils indiqueront que le soda light n'est pas le meilleur substitut aux boissons sucrées pour réduire les risques cardiovasculaires ». L'étude a duré près de 9 ans. Ainsi à la fin de l'étude, les chercheurs se sont rendus compte que les individus considérés comme gros consommateurs possédaient un risque 61% plus élevé d'avoir un AVC par rapport à ceux qui n'étaient que des buveurs occasionnels.