

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Słodziki szkodzą sercu i tuczą

Stosowanie sztucznych środków słodzących takich jak: aspartam, sukraloza czy stewia,

zwiększa ryzyko otyłości, cukrzycy, nadciśnienia i chorób serca - wynika z badań opublikowanych przez "Canadian Medical Association Journal".

Coraz częściej stosowane słodziki mogą negatywnie odbić się na naszym zdrowiu poprzez wpływ na metabolizm, mikrobiom jelitowy i apetyt - przekonują naukowcy z kanadyjskiego University of Manitoba.

Przeprowadzili oni analizę 37 dotychczasowych badań, w których wzięło udział łącznie ponad 400 tys. osób i które trwały średnio 10 lat. Jedynie siedem z tych prac miało charakter randomizowany i kontrolowany. W tych z kolei wzięły udział 1003 osoby i trwały one średnio sześć miesięcy.

Rezultaty nie tylko nie wykazały pozytywnego wpływu słodzików na utratę zbędnych kilogramów, ale w perspektywie długoterminowej wręcz wskazywały na ich związek z nadwagą i otyłością, a także wysokim ciśnieniem tętniczym, cukrzycą i chorobami układu sercowo-naczyniowego.

"Choć miliony osób regularnie stosują słodziki, stosunkowo mało osób uczestniczyło w badaniach klinicznych dotyczących wpływu tych produktów na zdrowie. Z naszej analizy wynika, że wyniki badań klinicznych nie wykazują jasnego pozytywnego wpływu sztucznych substancji słodzących na kontrolowanie wagi" - mówi autor dr Ryan Zarychanski.

Kanadyjczycy rozpoczęli już także badania dotyczące wpływu słodzików spożywanych przez kobiety w ciąży na metabolizm, wagę i mikrobiom jelitowy noworodków.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl
<https://laboratoria.net/aktualnosci/27460.html>



02-07-2026

Nośniki eków po 14 miesiącach na Międzynarodowej Stacji Kosmicznej

Analizy mają pokazać, jak promieniowanie kosmiczne wpłynęło na nośniki leków.



23-06-2026

Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej

Dostawca szkoleń aptaskil przygotowuje wykwalifikowanych specjalistów.



22-06-2026

Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią

Opracowanie strategii leczenia nowotworów odpornych na terapię.



22-06-2026

Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny

Pojazd powstał z myślą o udziale w zawodach inżyniersko-wyścigowych.



22-06-2026

Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne

W badaniach uczestniczyły polskie ośrodki.



22-06-2026

[Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#)

Wśród ukraińskich uchodźców.



22-06-2026

[Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#)

Sfera ta rośnie szybciej niż wiedza o jej wpływie na ludzką seksualność.



22-06-2026

[Przyjemnych snów życzy anestezjolog](#)

Wystarczy przestrzegać protokołu znieczulenia.

Informacje dnia: [Nośniki eków po 14 miesiącach na Międzynarodowej Stacji Kosmicznej Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Nośniki eków po 14 miesiącach na Międzynarodowej Stacji Kosmicznej Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy](#)

[sprawdzili, czy protony są wieczne Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#)
[Nośniki eków po 14 miesiącach na Międzynarodowej Stacji Kosmicznej Flexicon FPC50 w dydaktyce](#)
[pracy laboratoryjnej Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią Studenci AGH zaprezentowali swój](#)
[najnowszy bolid elektryczny Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne Polska wśród krajów z](#)
[najniższym poziomem stresu psychicznego](#)

Partnerzy