

Η κατανάλωση ζαχαρούχων αναψυκτικών σχετίζεται με υψηλότερη θνησιμότητα από ορισμένους καρκίνους

Μια νέα μελέτη, που δημοσιεύτηκε πρόσφατα στο διεθνές επιστημονικό περιοδικό *Cancer, Epidemiology, Biomarkers & Prevention*, διερεύνησε τη σχέση της κατανάλωσης αναψυκτικών και της θνησιμότητας από καρκίνο.

Οι Καθηγητές της Ιατρικής Σχολής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, **Θεοδώρα Ψαλτοπούλου** (Καθηγήτρια Θεραπευτικής-Επιδημιολογίας-Προληπτικής Ιατρικής), **Λίνα Πάσχου** (Επίκουρη Καθηγήτρια Ενδοκρινολογίας), **Ηλίας Κοττέας** (Αναπληρωτής Καθηγητής Παθολογίας-Ογκολογίας), **Φλώρα Ζαγουρή** (Καθηγήτρια Θεραπευτικής-Ογκολογίας), και **Θάνος Δημόπουλος** (Καθηγητής Θεραπευτικής-Αιματολογίας-Ογκολογίας και Πρύτανης ΕΚΠΑ) συνοψίζουν τα κύρια της μελέτης αυτής.

<https://aacrjournals.org/cebp/article-abstract/doi/10.1158/1055-9965.EPI-22-0392/709016/Sugar-and-Artificially-Sweetened-Beverages-and?redirectedFrom=fulltext>

Μελετήθηκαν οι συσχετίσεις της κατανάλωσης ζαχαρούχων αναψυκτικών και αναψυκτικών με άλλες γλυκαντικές ουσίες με τη θνησιμότητα από καρκίνο μεταξύ ανδρών και γυναικών στην προοπτική μελέτη Cancer Prevention Study-II (CPS-II). Συγκεκριμένα το 1982, 934.777 συμμετέχοντες χωρίς καρκίνο παρείχαν πληροφορίες σχετικά με τις συνήθειές τους στην κατανάλωση αναψυκτικών. Οι θάνατοι από καρκίνο μελετήθηκαν μέχρι το 2016.

Κατά τη διάρκεια της πολυετούς αυτής παρακολούθησης, 135.093 συμμετέχοντες απεβίωσαν από καρκίνο. Η κατανάλωση ≥ 2 ζαχαρούχων αναψυκτικών την ημέρα έναντι της μηδενικής κατανάλωσης δεν συσχετίστηκε με αυξημένη θνησιμότητα από όλους τους καρκίνους ανεξαιρέτως, αλλά από εκείνους που σχετίζονται με παχυσαρκία. Η σχέση αυτή εξαλείφθηκε μετά την προσαρμογή για τον δείκτη μάζας σώματος. Τα ζαχαρούχα αναψυκτικά συσχετίστηκαν όμως συγκεκριμένα με αυξημένη θνησιμότητα από καρκίνο του εντέρου και των νεφρών, ανεξαρτήτως δείκτη μάζας σώματος. Οι συμμετέχοντες που κατανάλωναν συχνά αναψυκτικά (≥ 2 την ημέρα) με γλυκαντικές ουσίες παρουσίασαν αυξημένη θνησιμότητα από καρκίνο του παγκρέατος, ακόμη και μετά από προσαρμογή για τον δείκτη μάζας σώματος. Συμπερασματικά, η μελέτη αυτή κατέδειξε ότι η κατανάλωση ζαχαρούχων αναψυκτικών σχετίζεται με υψηλότερη θνησιμότητα από ορισμένους καρκίνους, εν μέρει λόγω της επαγόμενης παχυσαρκίας.