

Hiperactivitate la copii determinată de zahăr

Zaharurile utilizate pentru a îndulci băuturile nu-i fac pe copii hiperactivi. De decenii, oamenii de știință au testat teorii despre băuturile îndulcite și hiperactivitate și nu au găsit nicio legătură credibilă.

Toate ingredientele băuturilor răcoritoare sunt evaluate și certificate ca fiind sigure pentru consum de către EFSA – European Food Safety Authority (Autoritatea Europeană pentru Siguranță Alimentară) și sunt apoi aprobate pentru utilizare de către autoritățile competente la nivel european. Studii bine documentate nu au găsit nicio dovadă că zaharurile ar avea vreo influență negativă asupra comportamentului copiilor.

Un articol din 2008 din British Medical Journal cu privire la “miturile medicale” a re-evaluat aceste studii și a concluzionat: “zahărul nu e de vină pentru hiperactivitatea celor mici.”

Pe baza eforturilor și studiilor anterioare, e puțin probabil ca cercetări viitoare să stabilească o legătură clară între zahăr și comportamentul hiperactiv.