

30 Ιουνίου 2021

## Τα βάζουμε σχεδόν όλοι στον καφέ μας, αλλά προκαλούν σοβαρά προβλήματα υγείας

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#) / [Γαστρονομία](#) / [Υγεία και ιατρικά θέματα](#)



Νέα έρευνα έδειξε ότι τρία κοινά τεχνητά γλυκαντικά μπορούν να προκαλέσουν βλαβερές αλλαγές σε υγιή βακτήρια του εντέρου και αυτά να εισβάλουν στο τοίχωμα του εντέρου, οδηγώντας πιθανώς σε σοβαρά προβλήματα υγείας.



*Closeup of unrecognizable woman putting one piece of artificial sweetener into her coffee. These sweeteners are based on aspartame or acesulfam compounds . Tilt shot.*

Η μελέτη, που δημοσιεύθηκε στο περιοδικό International Journal of Molecular Sciences, είναι η πρώτη που δείχνει τα παθογόνα αποτελέσματα ορισμένων από τα πιο ευρέως χρησιμοποιούμενα τεχνητά γλυκαντικά (σακχαρίνη, σουκραλόζη και ασπαρτάμη) σε δύο τύπους βακτηρίων του εντέρου:

E. coli (Escherichia coli ) και  
E. faecalis (Enterococcus faecalis)

Προηγούμενες μελέτες έχουν δείξει ότι τα τεχνητά γλυκαντικά μπορούν να αλλάξουν τον αριθμό και τον τύπο των βακτηρίων στο έντερο, αλλά αυτή η νέα μοριακή έρευνα, με επικεφαλής ακαδημαϊκούς από το Πανεπιστήμιο Anglia Ruskin (ARU), έδειξε ότι τα τεχνητά γλυκαντικά μπορούν επίσης να μετατρέψουν τα βακτήρια σε παθογόνα.

Διαπίστωσε ότι αυτά τα παθογόνα βακτήρια μπορούν να προσκολληθούν, να εισβάλουν και να σκοτώσουν κύτταρα Caco-2, τα οποία είναι επιθηλιακά κύτταρα στην επένδυση του εντερικού τοιχώματος.

Είναι γνωστό ότι βακτήρια όπως το E. Faecalis, που διαπερνούν το εντερικό τοίχωμα, μπορούν να εισέλθουν στην κυκλοφορία του αίματος και να συγκεντρωθούν στους λεμφαδένες, το ήπαρ και τον σπλήνα, προκαλώντας πολλές σοβαρές λοιμώξεις, συμπεριλαμβανομένης της σηψαιμίας.

Αυτή η νέα μελέτη έδειξε ότι σε συγκέντρωση ισοδύναμη με δύο κουτάκια αναψυκτικών “διαίτης” και τα τρία τεχνητά γλυκαντικά (σακχαρίνη, σουκραλόζη και ασπαρτάμη) αύξησαν σημαντικά την προσκόλληση τόσο των βακτηρίων E.coli όσο και των βακτηρίων E. faecalis στα εντερικά κύτταρα Caco-2 και αύξησαν τον σχηματισμό βιοφίλμ.

Τα βακτήρια που αναπτύσσονται σε βιοφίλμ είναι λιγότερο ευαίσθητα στην θεραπεία με αντιμικροβιακά και είναι πιο πιθανό να εκκρίνουν τοξίνες και να εκφράσουν παράγοντες μολυσματικότητας, δηλαδή μόρια που μπορούν να προκαλέσουν ασθένειες.

Επιπλέον, και τα τρία γλυκαντικά προκάλεσαν τα παθογόνα βακτήρια του εντέρου να εισβάλλουν σε κύτταρα Caco-2, που βρίσκονται στο τοίχωμα του εντέρου, με εξαίρεση την σακχαρίνη που δεν είχε σημαντική επίδραση στην εισβολή του E. Coli.

Ο επικεφαλής συγγραφέας της έρευνας δρ. Hannoni Chichger, Ανώτερος Λέκτορας Βιοϊατρικής Επιστήμης στο Πανεπιστήμιο Anglia Ruskin, δήλωσε:

“Υπάρχει μεγάλη ανησυχία για την κατανάλωση τεχνητών γλυκαντικών, με ορισμένες μελέτες που δείχνουν ότι τα γλυκαντικά μπορούν να επηρεάσουν το στρώμα των βακτηρίων που υποστηρίζουν το έντερο, γνωστό ως μικροβίωμα του εντέρου.

Η μελέτη μας είναι η πρώτη που δείχνει ότι μερικά από τα γλυκαντικά που βρίσκονται συνήθως στα τρόφιμα και τα ποτά (σακχαρίνη, σουκραλόζη και ασπαρτάμη) μπορούν να κάνουν τα φυσιολογικά και υγιή βακτήρια του εντέρου να γίνουν παθογόνα. Αυτές οι παθογόνες αλλαγές περιλαμβάνουν αυξημένο σχηματισμό βιοφίλμ και αυξημένη πρόσφυση και εισβολή βακτηρίων σε ανθρώπινα εντερικά κύτταρα.

Αυτές οι αλλαγές θα μπορούσαν να κάνουν τα βακτήρια του εντέρου μας να εισβάλλουν και να προκαλέσουν βλάβη στο έντερο μας, κάτι που συνδέεται με λοιμώξεις, σήψη και ανεπάρκεια πολλαπλών οργάνων.

Γνωρίζουμε ότι η υπερκατανάλωση ζάχαρης είναι ένας σημαντικός παράγοντας στην ανάπτυξη καταστάσεων, όπως η παχυσαρκία και ο διαβήτης. Επομένως, είναι σημαντικό να αυξήσουμε τις γνώσεις μας για τα γλυκαντικά σε σχέση με τα σάκχαρα στη διατροφή, για να κατανοήσουμε καλύτερα τον αντίκτυπο στην υγεία μας».

**Πηγή:** <https://www.news-medical.net>, [iatropedia.gr](http://iatropedia.gr)