

## **Περιορισμό στο κόκκινο κρέας συστήνουν επιστήμονες**

[/ Ειδήσεις και Ανακοινώσεις](#)

Αυστραλοί εμπειρογνώμονες σε θέματα καρκίνου έχουν εκδώσει μια νέα ανακοίνωση η οποία συνδέει τον καρκίνο του εντέρου με το κόκκινο ή επεξεργασμένο κρέας.

Το Παγκόσμιο Ταμείο Έρευνας για τον Καρκίνο συμβουλεύει τους ανθρώπους να μειώσουν την κατανάλωση του βοδινού, χοιρινού και αρνίσιου κρέατος και να αποφεύγουν το επεξεργασμένο κρέας, όπως το ζαμπόν και το σαλάμι.

Οι επιστήμονες ανέλαβαν να μελετήσουν και να επαναξιολογήσουν 263 δημοσιευμένες επιστημονικές μελέτες σχετικά με τον ρόλο της διατροφής, του βάρους και της σωματικής άσκησης στον καρκίνο του εντέρου. Η έκθεση αναφέρει ότι υπάρχουν πλέον «πειστικά στοιχεία» στο πώς και οι δύο αυτοί τύποι του κρέατος αυξάνουν τον σχετικό κίνδυνο για εμφάνιση του καρκίνου του εντέρου.

[\(περισσότερα...\)](#)