

Une étude américaine publiée le 15 mai 2012 dans la revue britannique Journal of Physiology indique qu'une consommation excessive de sucre de synthèse (utilisé dans la fabrication de sodas et d'aliments industriels) ralentit le fonctionnement cérébral et altère la mémoire à long terme.

Les chercheurs de l'Université de Californie à Los Angeles se sont intéressés tout particulièrement au sirop de maïs à haute teneur en fructose, une substance liquide bon marché six fois plus sucrée que la canne à sucre naturelle. Ce produit est très apprécié par l'industrie agro-alimentaire qui en ajoute dans des boissons, des condiments, de la nourriture pour nourrissons et de nombreux autres aliments industriels. Selon les auteurs de l'étude, un régime riche en acides gras oméga-3 permet à l'inverse de contrecarrer les dommages provoqués au cerveau par le sucre de synthèse.

Univadis - 22/5/12 - www.lexpress.fr