

## Επιστήμονες ανακάλυψαν πως συνδέεται ο καρκίνος με το κόκκινο κρέας

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Επιστήμονες του πανεπιστημίου της Καλιφόρνια ισχυρίζονται πως βρήκαν τον συνδετικό κρίκο που εξηγεί γιατί η υπερβολική κατανάλωση κόκκινου κρέατος μπορεί να οδηγήσει σε εμφάνιση καρκίνου.

Δεν είναι η πρώτη φορά που οι ειδικοί της διατροφής προειδοποιούν πως η υπέρμετρη κατανάλωση μοσχαρίσιου, χοιρινού ή αιγοπρόβειου κρέατος συνδέεται με την εμφάνιση καρκίνου. Για πολλά χρόνια όμως, ενώ οι επιστήμονες μπορούσαν να εντοπίσουν δια της παρατήρησης πως το κόκκινο κρέας μπορεί να οδηγήσει στην εμφάνιση της νόσου, δεν είχαν σαφή εικόνα για την αιτία που συνέβαινε κάτι τέτοιο.

Η απάντηση δόθηκε όταν από την έρευνα σε άλλα θηλαστικά που ενώ έτρωγαν κυρίως κρέας, δεν είχαν το ίδιο αρνητικό αποτέλεσμα στην υγεία του οργανισμού τους, σε σύγκριση με τον άνθρωπο. Από την παρατήρηση στα σαρκοβόρα θηλαστικά, βρέθηκε και το κομμάτι του παζλ που έλειπε. Το κόκκινο κρέας περιέχει ένα συγκεκριμένο σάκχαρο, το οποίο παράγεται από τους οργανισμούς άλλων θηλαστικών, αλλά όχι και από τον άνθρωπο. Αυτό το σάκχαρο λοιπόν μόλις εντοπιστεί από τον οργανισμό, προκαλεί την άμεση απάντηση του ανοσοποιητικού

συστήματος που «επιτίθεται» στο ξένο σώμα, παράγει αντισώματα που οδηγούν σε πρήξιμο και τελικά καρκίνο.

Σε άλλα σαρκοβόρα η εισαγωγή μέσω της τροφής του σακχάρου αυτού δεν αποτελεί «κάζους μπέλι» για τον οργανισμό, πολύ απλά γιατί τα ζώα αυτά μπορούν να παράγουν τη συγκεκριμένη ουσία και έτσι ο οργανισμός τους δεν την εκλαμβάνει ως «εχθρική».

Τώρα λοιπόν που έχουμε την σαφή, σαφέστατη σύνδεση της κατανάλωσης κόκκινου κρέατος με την πιθανότητα εμφάνισης καρκίνου, μήπως πρέπει να απαρνηθούμε άπαξ δια παντός το κρέας; Οι ειδικοί εξηγούν πως η κατανάλωση του σε λογικές ποσότητες προσφέρει σημαντικές βιταμίνες, πρωτεΐνη και θρεπτικά συστατικά, θα πρέπει όμως να καταναλώνεται με μέτρο, δηλαδή όχι περισσότερο από 70γρ. την ημέρα.

**Πηγές:** [news247.gr](http://news247.gr)- [thrakitoday.com](http://thrakitoday.com)

-