Le bevande zuccherate in eta' adulta non aumentano il rischio di demenza

Data 08 agosto 2025
Categoria professione

C’e’ un interessante scambio di opinioni sul fatto se siano meno dannose le bevande zuccherate o quelle dolcificate artificialmente (ne discutiamo in altri articoli). Tra le varie accuse rivolte allo zucchero (soprattutto sotto forma di bevande zuccherate), c’e’ una possibile correlazione con l’ insogenza di demenza senile. Ma sembra di no…

La responsabilita’ attribuita alle bevande zuccherate viene attribuita al fatto che esse, nella moderna alimentazione, siano una delle principali fonti importanti di zuccheri. Era stata percio’ ipotizzato un loro ruolo rilevante nell’ insorgenza della demenza in eta’ senile.

Almeno sotto questo aspetto pero’, a quanto sembra, la responsabilita’ non puo’ essere attribuita allo zucchero… Infatti l’eccesso di zuccheri non favorirebbe la demenza, se questi vengono assunti in eta’ adulta.

Questo sostiene infatti uno studio cinese pubblicato su JAMA Psychiatry, in parziale dissenso con studi precedenti che pero’, pur sostenendo tesi diverse, non erano giunti a conclusioni solide.
I ricercatori hanno percio’ preso in considerazione i dati di circa 11 mila americani, cercando una relazione tra il consumo di questi prodotti durante l'età adulta e il rischio di decadimento cognitivo più in là negli anni.

Non e’ stata riscontrata alcuna correlazione tra i due aspetti.
NON viene evidenziato un legame con la demenza senile mentre si ammette invece l’ associazione tra consumo di bevande dolci e malattie metaboliche.
In conclusione percio’ le bibite zuccherate favorirebbero altre malattie metaboliche ma non le demenza.

Come abbiamo ripetuto in altre occasioni, gli studi puramente statistici rilevano possibili correlazioni, ma quasi mai veri rapporti causali per cui, ovviamente, i ricercatori concludono che dovrebbero essere effettuati studi piu’ approfonditi.
Ne abbiamo gia' parlato altrove...

DanieleZamperini

(https://www.dottnet.it/articolo/32539726/uno-studio-smentisce-il-legame-tra-le-bibite-dolci-e-la-demenza).