

'Light' frisdrank even slecht als gewone frisdrank

26-07-2007 00:00

'Light' frisdranken zijn net zo slecht voor het hart als gewone frisdranken. Dit blijkt uit een onderzoek van de Harvard universiteit in Boston.

Onderzoekers hebben gedurende drie jaar drieduizend proefpersonen gevolgd. Uit het onderzoek bleek dat één glas frisdrank per dag voldoende is om het risico op overgewicht en hoge bloeddruk met zestig procent te laten toenemen. Hierdoor stijgt tevens de kans op hart- en vaatziekten.

De Harvard-onderzoekers ontdekten dat het niet uitmaakt of men gewone of 'light'-frisdrank drinkt. In alle omstandigheden was er een rechtstreeks verband tussen frisdranken en hartproblemen.