



Englezii spun ca untul ar trebui interzis

Untul ar trebui interzis in alimentatie pentru a proteja sanatatea oamenilor, potrivit unui cunoscut chirurg cardiolog din Marea Britanie, informeaza dailymail.co.uk. Chirurgul cardiolog Shyam Kolvekar sustine ca aceasta masura radicala ar putea salva vietile a mii de tineri adulti, protejandu-i de infarcte si de blocaje arteriale. Avertizand asupra pericolelor pentru sanatate generate de consumul de alimente bogate in grasimi saturate, cardiologul britanic le recomanda oamenilor sa manance mai putina carne rosie, sa aleaga sortimente de lapte cu un continut mai mic de grasimi si sa foloseasca in alimentatie uleiul de masline si cel de floarea soarelui. Adultii consuma, in medie, 800 de grame de grasimi saturate in fiecare luna - cu 20% mai mult decat limita recomandata de specialisti. Mentinerea consumului de grasimi saturate in interiorul acestei limite ar putea salva 3.500 de vietii in fiecare an. Shyam Kolvekar, medic la University College London Hospital, a declarat: "Prin interzicerea untului si inlocuirea lui in alimentatie cu alte produse tartinabile sanatoase, in fiecare zi, consumul zilnic de grasimi saturate ar putea fi redus cu opt grame. Aceasta modificare in dieta zilnica ar salva mii de vietii in fiecare an si i-ar ajuta pe oameni sa se protejeze fata de maladiile cardiace", cel mai important factor de deces din Marea Britanie. In trecut, operatiile de bypass erau necesare in cazul pacientilor aflati in pragul pensionarii, insa in ultimii ani, chirurgii au constatat ca pe listele lor de operatii se afla tot mai multi pacienti in jurul varstei de 30 de ani.

Cuvinte cheie: [sanatate](#) [marea britanie](#) [pacienti](#) [medic](#)