

## عنوان مقاله:

شربت فروکتوز و اثرات عملکردی و تغذیه ای آن

## محل انتشار:

مجله علوم و صنایع غذایی ایران، دوره 14، شماره 72 (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

## نویسندگان:

- دکتری علوم و صنایع غذایی، مرکز دانش بنیان گروه صنعتی و پژوهشی فرهیختگان زرنام

- دکتری علوم و صنایع غذایی، مرکز دانش بنیان گروه صنعتی و پژوهشی فرهیختگان زرنام

- دانشجوی دکتری مدیریت اجرایی، مرکز دانش بنیان گروه صنعتی و پژوهشی فرهیختگان زرنام

- دانشجوی دکتری مدیریت اجرایی، مرکز دانش بنیان گروه صنعتی و پژوهشی فرهیختگان زرنام

## خلاصه مقاله:

چکیده شربت ذرت حاوی فروکتوز [1](HFCS) تبدیل به یکی از اجزای معمول تشکیل دهنده مواد غذایی در ۴۰ سال گذشته شده است. با این حال، مواردی درباره افزایش ارتباط مصرف HFCS و خطر ابتلا به چاقی، سندرم متابولیک، بیماری های قلبی و عروقی و دیگر پیامدهای سلامتی در مقایسه با سایر شیرین کننده های کالری دار مطرح شده است. متداول ترین انواع HFCS-۴۲ و HFCS-۵۵ در ترکیب شیبیه به ساکارز (شکر) بوده و متشکل از مقادیر تقریباً مساوی از گلوکز و فروکتوز هستند. تفاوت اولیه بین HFCS و ساکارز این است که این مونوساکاریدها به صورت آزاد در محلول HFCS موجودند اما در ساکارز به شکل دی ساکارید می باشند. دی ساکارید ساکارز به راحتی در روده کوچک شکسته می شود و در نتیجه فروکتوز و گلوکز به شکل آزاد از هر دو منبع ساکارز و HFCS به طور یکسان جذب می شوند. مزایای HFCS برای تولیدکنندگان مواد غذایی این است که مونوساکاریدهای آزاد موجود در HFCS سبب افزایش عطر و طعم، ماندگاری، نرمی بافت، جذابیت رنگ و تسهیل در قابلیت اختلاط در مقایسه با ساکارز می شود. از آنجا که ترکیب HFCS و ساکارز به ویژه در جذب توسط بدن خیلی شبیه به هم هستند، شواهدی وجود ندارد که HFCS نسبت به ساکارز تاثیر بیشتری در ایجاد پیامدهای سلامتی داشته باشد. در ضمن مطالعات اپیدمیولوژیک بسیار دقیق و جامعی برای تجزیه و تحلیل مصرف مواد غذایی، از جمله ارزیابی مکانیسم عمل و رابطه بین میزان مصرف فروکتوز و سطح پاسخ بدن لازم است. در حال حاضر، شواهد و مدارک کافی برای ممنوعیت و یا محدود کردن استفاده از HFCS و یا سایر شیرین کننده های حاوی فروکتوز در مواد غذایی و همچنین نیاز به استفاده از برچسب های هشدار دهنده بر روی محصولات حاوی HFCS وجود ندارد. [1]. High Fructose Corn Syrup (HFCS) \* مسئول مکاتبات: i.kamalimail@gmail.com

## کلمات کلیدی:

کلید واژگان: شربت ذرت حاوی فروکتوز، شکر، شیرین کننده های دارای کالری، پیامدهای سلامتی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1825977>

