27 de agosto de 2015

El uso del microondas y su relación con la diabetes

El hábito de calentar comida con recipientes de plástico está relacionado con el desarrollo de la enfermedad; hay manera de prevenirlo.

Un estudio reciente de la Universidad de Nueva York, Estados Unidos, reveló que existe una relación entre el hábito de calentar comida en recipientes de plástico con el desarrollo de la diabetes.

La razón por la que el uso de plásticos en el aparato debe ser moderada se debe a que el material libera toxinas pertenecientes al compuesto orgánico 'Bisfenol A', sustancia que al ser ingeridas provocan resistencia a la insulina y propician la presión alta, factores documentados por los médicos por favorecer el desarrollo de la enfermedad.

El doctor Leonard Trasande lideró la investigación que se realizó en las muestras de orina de niños y jóvenes de 6 a 19 años para medir sus niveles de DINP y DIDP. La muestra arrojó que hay un gran vínculo entre la hipertensión arterial y los niveles de DINP DIDP en los participantes del estudio.

Aunque los expertos especificaron que esto no prueba que los ftalatos cuasan directamente la diabetes, sí consideran que contribuyen a ella porque promueven la hipertensión arterial, un factor importante en la diabetes.

Algunas recomendaciones brindadas por el Medical Daily para reducir la exposición a DINP y DIDP son:

- No utilizar recipientes o envolturas de plástico al calentar comida en el horno de microondas.

- No utilizar recipientes de plástico etiquetados con los números 3, 6 o 7. Estos números suelen encontrarse en la parte inferior y es indicativo de la presencia de ftalatos en el material.

- No lavar los recipientes de plástico en el lavavajillas para evitar la fuga de plastificantes en la comida.