



«Суп отдельно, мухи отдельно,»- призывают международные специалисты в области питания. В последнее время в международной и в российской среде специалистов разгорелась дискуссия о роли «добавленных сахаров»

в составе продуктов питания. Наиболее остро стоят следующие вопросы:

- Имеет ли сахар особую роль в нарастающей эпидемии ожирения?
- Какой сахар считать добавленным? Как различить натуральный и добавленный сахар?
- Каким образом снижение уровня жиров (калорий) в питании заставляет людей кушать больше сахаров?
- Какие еще компоненты в образе жизни и питании являются жизненно важными для принятия соответствующих мер, в том числе в рамках обсуждающегося проекта «Стратегии... формирования здорового образа жизни» Минздрава РФ.

Говорящих по русски предлагаем выразить свое мнение на Форуме настоящего сайта. Желающие поспорить с зарубежными профессорами могут зарегистрироваться на сайте:

<http://mobile.foodnavigator.com/Science/One-week-to-go-FoodNavigator-s-Sugar-Debate-sepa-rates-the-fact-from-the-fiction>

Sugar has been linked to everything from heart disease to obesity and cancers in recent months. But is it as bad as all that? Our free-to-attend debate aims to tackle the key questions in the sugar debate. Have you registered yet?

On Monday March 31st FoodNavigator will explore some of the most topical questions about sugar, as part of our roundtable debate on sugar. Joining FoodNavigator editor Caroline Scott-Thomas will be four leading experts on sugar to discuss:

- Does sugar have a special role in the obesity epidemic?
- Is sugar really addictive?
- Has 'low-fat' dietary advice spurred higher intake of sugars?
- Is it ever sensible to focus on one dietary component when it comes to health?

The free-to-attend roundtable debate, FoodNavigator brings together global experts on the issue, to better understand whether sugar can, or should, play a role in a healthy diet. We will also explore the nitty-gritty of fructose metabolism, whether removing sugar from foods could lead to unintended dietary consequences, and what the food industry is doing in light of recent research about sugars.