

Fast-food tem o mesmo impacto que a hepatite no fígado

Consumir *fast-food* regularmente não é apenas ruim para a cintura, mas também pode causar danos ao fígado de maneira similar à hepatite. As batatas fritas são as maiores vilãs por causa dos ingredientes adicionados. Alimentos como frango frito e anéis de cebola fritos também são apontados como perigosos. As revelações foram feitas no programa de TV "The Doctors" pelo médico Drew Ordon.

"Sabemos que as redes adicionam sal e fritam os alimentos na gordura, mas também há açúcar nesses alimentos. Por quê? Porque ajuda com que eles fiquem dourados e crocantes. E a quantidade de gordura saturada cria uma condição chamada 'fígado gordo', afirmou o médico no programa.

Segundo o médico, as mudanças nas enzimas do fígado por causa do consumo desses alimentos estão de acordo com os efeitos da hepatite, que pode levar à falência do órgão.

Outro alerta do médico é quanto às opções saudáveis em redes de *fast-food*, o que segundo ele não adianta nada, porque também são acrescentadas substâncias químicas para conservar os alimentos.

Fonte: O Globo