

حقائق مخيفة عن الوجبات السريعة



يعتقد البعض أن تأثير الوجبات السريعة يقتصر على زيادة الوزن وارتفاع نسبة الدهون بالجسم، إلا أن مجلة "لايفهاك" كشفت تأثيرات أكثر خطورة، نذكر منها:

- تجفيف الدماغ: تناول الوجبات السريعة بشكل شبه يومي، يعمل على تجفيف الدماغ، لأن نسبة الدهون والشحوم الموجودة في تلك الوجبات تعطل تدفق الدم إلى الماع.

- توسيع المعدة: تضيف مطاعم الوجبات السريعة إلى مشروباتها سائلاً مصنوعاً من شراب الذرة، يمنح مذاقاً حلواً في الفم/ لكنه يعمل بطريقة خفية على توسيع حجم المعدة، وتعطيل عمل الجهاز المناعي في الجسم.

- الخبز غير الطبيعي: إذا كنت تظن أن مجال الوجبات السريعة تحضر لك الخبز الطبيعي والصحي، فأنت على خطأ، لأن هذه المطاعم تقدم وجبات بأسعار مغرية، ما يدفعها إلى التوفير في مصاريفها وتكاليف الإنتاج، وبالتالي استخدام مادة كيميائية تسمى "أزوديکار بوناميد" لتصنيع الخبز.

- كثرة اللحوم: إن كثرة تناول اللحوم وتحديداً البقرية منها، تساعد في تغيير مستويات الهرمونات في الجسم،

وتسبب العديد من الأمراض، وذلك بسبب استخراجها من أكثر من 100 نوع مختلف من الأبقار، وإعادة تصنيعها وإعدادها من خلال إضافة الدهون غير الصحية لزيادة حجم القطعة الواحدة.