



A brit egészségügyi minisztérium szaktanácsadói által kidolgozott, hivatalosan pénteken ismertetett ajánlás szerint napi átlagban legfeljebb 70 gramm, vagyis hetente nem egészen fél kiló vöröshúsféle fogyasztása javasolt. Ennek a limitnek a betartása a szakértők szerint évente több ezer bélrákos megbetegedésnek veheti elejét, ugyanakkor még nem jár vashiánnyal kapcsolatos egészségügyi problémák veszélyével.

Nagy-Britanniában évente hozzávetőleg 36 ezer esetben diagnosztizálnak bélrendszeri rákot, és több mint 16 ezren halnak meg ilyen betegségben.

A brit kormány legutóbb 1998-ban tett közzé szakértői ajánlást a vörös húsok fogyasztásáról, de abban még 90 grammos napi átlag szerepelt javasolt felső határként.

A most meghatározott 70 grammos új napi határérték nagyjából a teljes brit lakosság fogyasztási átlagának felel meg, ám ez csalóka lehet, hiszen a britek csaknem tíz százaléka egyáltalán nem fogyaszt ilyen húsokat, ezért valószínű, hogy sokan jóval többet esznek, így jön ki az elfogadható átlag.

uh.ro/mti