

Il suo nome è associato alla frutta e per questo si tende spesso a considerarlo più dietetico o più sano del normale zucchero. Ma il fruttosio è lo zucchero più nocivo tra tutti, perché ha una via metabolica diversa dal glucosio e viene metabolizzato dal corpo umano allo stesso modo dell'alcol. Il suo consumo frequente (sotto forma di succhi di frutta, merendine, dolci) predispone a molte patologie metaboliche croniche, come diabete, steatosi epatica, dislipidemie, malattie cardiovascolari.

Questo articolo intende spiegare cos'è il fruttosio e perché sia una sostanza problematica per la nos...

Questo è un articolo di approfondimento riservato ai nostri abbonati. Scegli l'abbonamento che preferisci (al costo di un caffè la settimana) e prosegui con la lettura dell'articolo.

Se sei già abbonato effettua l'accesso qui sotto o utilizza il pulsante "accedi" in alto a destra.

ABBONATI / SOSTIENI

L'Indipendente non ha alcuna pubblicità né riceve alcun contributo pubblico. E nemmeno alcun contatto con partiti politici. **Esiste solo grazie ai suoi abbonati.** Solo così possiamo garantire ai nostri lettori un'informazione veramente libera, imparziale ma soprattutto senza padroni.

Grazie se vorrai aiutarci in questo progetto ambizioso.

Username

Password

Ricordami

Accedi

Più nocivo della zucchero bianco: l'amara verità sul fruttosio

[Password dimenticata](#)