

TRẺ CON NGÀY CÀNG CAO HUYẾT ÁP DO ĂN QUÁ MẶN

Một nghiên cứu ở Anh cho thấy, trẻ ngày càng bị cao huyết áp do ăn nhiều muối.

Các nhà khoa học Anh thuộc trường ĐH St George, Luân Đôn, đã tiến hành nghiên cứu trên 1.600 trẻ từ 4 - 14 tuổi, cho thấy, trẻ càng ăn nhiều muối, huyết áp của chúng càng cao. Họ đã thu thập các dữ liệu dựa trên nghiên cứu Dinh dưỡng và Chế độ Ăn uống Quốc gia. Qua đó, các nhà nghiên cứu phát hiện ra rằng cứ tiêu thụ thêm một gam muối, đứa trẻ sẽ bị tăng huyết áp ở tim.

Kết quả nghiên cứu đã được công bố trên Tạp chí chuyên ngành Cao huyết áp (Journal of Human Hypertension)

Theo nhóm nghiên cứu, đây là một phát hiện quan trọng, càng khẳng định rằng ăn nhiều muối, thời niên thiếu càng dễ bị mắc bệnh cao huyết áp. Đồng thời, chế độ ăn nhiều muối sẽ làm tăng cân. Vì vậy ít ăn mặn khi còn nhỏ sẽ giúp hạn chế các nguy cơ mắc bệnh tim mạch và đột quỵ ở lứa tuổi trưởng thành.

Các nhà nghiên cứu phát hiện cứ tiêu thụ thêm một gam muối, đứa trẻ sẽ bị tăng huyết áp ở tim.
Ảnh minh họa (Ảnh: smh.com.au)

H.Cát

Theo United Press International, ScienceDaily, VNN