

Когда человек отказывается от сахара с целью уменьшения количества калорий, то часто, вместо газировки с сахаром, выбирают газировку без сахара, а вместо белого сахара добавляют сахарозаменители. В газировках без сахара пишут 0 калорий. Это и привлекает многих людей. Момент в том, что сахарозаменители могут быть вредны и нести куча разных проблем человеку. Например, та же сама [ВОЗ сообщила](#), что (онлайн переводчик нам поможет):

Всемирная организация здравоохранения выступила против использования несладких подсластителей (НСС) в качестве средства контроля веса или ограничения неинфекционных заболеваний.

«Эта рекомендация основана на результатах систематического обзора имеющихся данных, которые свидетельствуют о том, что использование НСС не дает долгосрочных преимуществ в снижении содержания жира в организме взрослых или детей», — говорится в заявлении ВОЗ, опубликованном в понедельник.

Отмечается, что (опять онлайн переводчик нам поможет):

..было установлено, что длительное употребление НСС может способствовать развитию диабета второго типа, сердечно-сосудистых заболеваний и серьезных болезней у взрослых.

И по телевидению тоже был [репортаж про сахарозаменители](#).

Направлений и разных аспектов применения сахарозаменителей много. Это видно по количеству статей на той же [Киберленинке](#), [Elibrary](#), [Scholar](#). Там же можно поискать про рынки сахарозаменителей.

Для тех, кто хочет покопаться в теме «а что происходит со статьями и почему многие пишут про выгоду сахарозаменителей», то вот [исследование по 283 научным работам](#).

Если нет возможности погружаться, то можно почитать [смысловую выжимку на РБК](#), чтобы понять почему эксперты ВОЗ рекомендует отказаться от использования искусственных подсластителей.