Konzumace sladkých nápojů patrně zvyšuje riziko nádorových onemocnění

Uvádí se, že konzumace slazených nápojů se za posledních 26 let zvýšila o 40 %. S tím je spojen i nárůst zdravotních rizik. Zatímco však vliv těchto nápojů na kardiometabolické faktory je dobře znám, asociace s rizikem rozvoje nádorových onemocnění zatím nebyla příliš zkoumána.

Možné faktory zvýšeného rizika

Mechanismů zodpovědných za vyšší riziko vzniku nádorů je v tomto případě více: Slazené nápoje jednoznačně přispívají k rozvoji obezity, která je silným rizikovým faktorem u mnoha nádorových onemocnění. Kromě toho mohou kvůli vysokému glykemickému indexu či glykemické zátěži vyvolat inzulinovou rezistenci, jež byla dána do souvislosti s karcinomem prsu, hepatocelulárním karcinomem a karcinomy souvisejícími s diabetem. Přídatné látky obsažené ve slazených nápojích, např. 4-methylimidazol (karamelové barvivo), pesticidy v džusech nebo umělá sladidla jako aspartam mohou rovněž přispět ke kancerogenezi.

Cílem stále probíhající francouzské populační prospektivní kohortové studie NutriNet-Santé je právě posouzení spojitosti mezi pitím sladkých nápojů (např. cukrem oslazených limonád či 100% ovocných džusů) nebo nápojů s umělými sladidly a rizikem vzniku nádorových onemocnění.

Metodika analýzy

Do prezentované analýzy bylo zahrnuto celkem 101 257 účastníků starších 18 let (průměrný věk 42,2 roku; směrodatná odchylka [SD] 14,4; medián sledování 5,1 roku) z francouzské kohorty NutriNet-Santé za období 2009–2017. Spotřeba sladkých nebo umělými sladidly doslazených nápojů byla hodnocena pomocí opakovaných 24hodinových dietních záznamů, jež byly navrženy tak, aby u účastníků registrovaly běžnou konzumaci 3300 různých jídel a nápojů.

Pomocí adjustovaných Fineových-Grayových modelů rizik byla jako hlavní cíl práce hodnocena spojitost mezi konzumací uvedených nápojů a obecným rizikem rozvoje onkologického onemocnění a dále konkrétně karcinomu prsu, prostaty a kolorekta. Byly spočítány poměry rizik [HR] v podskupinách.

Výsledky

Konzumace sladkých nápojů byla signifikantně spojena se zvýšeným obecným rizikem rozvoje onkologického onemocnění (n = 2193 případů, HR v podskupině = 1,18; 95% interval spolehlivosti [CI] 1,10–1,27; p < 0,0001) a se zvýšeným rizikem vzniku karcinomem prsu (n = 693; HR 1,22; 95% CI 1,07–0,39; p = 0,004). Ve specifické subanalýze byla konzumace 100% džusu signifikantně spojena se zvýšeným obecným rizikem rozvoje onkologického onemocnění (n = 2193; HR 1,12; 95% CI 1,03–1,23; p = 0,007). Konzumace uměle slazených nápojů nebyla s tímto rizikem spojena.

proLékaře.cz | 22.11.2026



Závěr

Čerstvě publikované výsledky velké studie ukázaly souvislost mezi obecným rizikem vzniku nádorů nebo specificky karcinomu prsu a pitím sladkých nápojů. Je však třeba zopakovat takovýto výzkum na podobně rozsáhlé prospektivní studii. Získaná data naznačují, že sladké nápoje, které jsou v západním světě velmi oblíbené, mohou představovat dobře modifikovatelný faktor prevence vzniku onkologických onemocnění. *(mir)*

Zdroj: Chazelas E., Srour B., Desmetz E. et al. Sugary drink consumption and risk of cancer: results from NutriNet-Santé prospective cohort. BMJ 2019 Jul 10; 366: l2408, doi: 10.1136/bmj.l2408.