

El azúcar podría ser causa de algunas enfermedades mentales

El consumo excesivo de azúcar afecta a todo el organismo incluyendo el cerebro y hasta el estado de ánimo, los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades señalan que una persona con diabetes, tienen entre 2 y 3 veces más probabilidades de presentar depresión que las personas sin diabetes.

Expertos sugieren que el consumo alto de azúcar puede alterar las funciones en las neuronas del aprendizaje y la memoria.

Puede leer: [Frutas que contienen más proteína](#)

La presencia de azúcar en exceso en el organismo puede generar un desequilibrio funcional que incluso puede provocar otras enfermedades como ansiedad o algunos tipos de demencia como la enfermedad de Parkinson o el Alzheimer, según un artículo publicado por la revista especializada «Frontiers in nutrition».

Incluso la evidencia podría sugerir que un alto consumo de azúcar podría estar implicado en el desarrollo o empeoramiento de la esquizofrenia o el desarrollo de neuropatía diabética.

¿Qué enfermedades son causadas por el azúcar?

La presencia de azúcar excesiva supone un problema general para el organismo, pues es responsable de enfermedades como la diabetes.

Sin embargo, la Biblioteca Nacional de Medicina de Estados Unidos informa que las complicaciones de esta enfermedad pueden ser:

- Enfermedad del ojo
- Problemas en los pies
- Enfermedad de las encías
- Enfermedades cardíacas y accidente cerebrovascular
- Enfermedad renal
- Afecciones en la piel

Con información [Salud180](#).