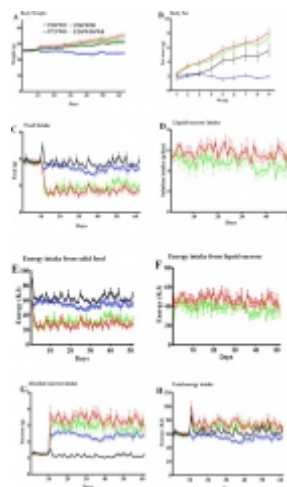


Impact métabolique de l'état solide ou liquide du sucre ingéré

7 novembre 2019

La revue [Molecular Metabolism](#) a publié les résultats d'une [étude](#) conduite par une équipe [universitaire chinoise](#) sur le métabolisme du sucre (saccharose), selon qu'il est ingéré sous forme solide ou liquide. Des souris mâles (type C57BL6) ont reçu pendant 8 semaines des rations comportant du sucre sous forme solide (aliment standard en pellets pour rongeurs) et liquide (dans l'eau de boisson), à des pourcentages variables selon les lots. En fin d'expérience, différents paramètres physiologiques ont été contrôlés chez tous les animaux : poids corporel, masse grasse, teneur en glycogène et en graisse du foie, apports et dépenses énergétiques, tolérance au glucose et à l'insuline. Les résultats ont montré un impact significatif selon la forme d'administration du sucre. La consommation sous forme solide, même à des taux importants (jusqu'à 73 % des calories ingérées), n'a pas conduit à une surconsommation alimentaire ni à une adiposité élevée. En revanche, la même quantité sous forme liquide induisait une prise de poids (surtout de masse grasse). Ces données renforcent la connaissance du rôle de la consommation de sucre liquide dans la prise de poids corporel et les syndromes métaboliques associés.

Évolution de différentes constantes chez les souris, selon le type de ration : sucre solide uniquement, en quantité normale (courbes bleues) ou augmentées (courbes noires) ; mélange de sucre solide et liquide (eau sucrée uniquement, courbes rouges ; eau sucrée et eau non sucrée au choix, courbes vertes)



Source : *Molecular Metabolism*

Lecture : A : poids corporel ; B : masse grasse ; C : prise de nourriture ; D : prise de liquide sucré ; E : prise d'énergie par voie solide ; F : prise d'énergie par voie liquide ; G : prise de sucrose total ; H : prise d'énergie totale.

Source : [Molecular Metabolism](#)