

أخصائي سلامة الغذاء يكشف خطورة الشيبس "السبايسي"

4 أبريل، 2026



كشف أخصائي سلامة وجودة الغذاء فهد السعيد عن خطورة تناول الشيبس الحارة المعروفة بـ"سبايسي"، محذراً من الإفراط في استهلاكها لما قد تسببه من مشكلات صحية متعددة.

وأوضح أن تناول هذا النوع من الشيبس قد يرتبط بظهور أعراض مثل التهاب المعدة، وارتجاع المريء، وحرقة المعدة، وعسر الهضم، مشيراً إلى أن هذه الأعراض تزداد مع كثرة الاستهلاك.

وأضاف أن الشيبس الحار يحتوي على نسب مرتفعة من الدهون المشبعة والصوديوم، وهو ما قد يرفع من احتمالات الإصابة بالسمنة وارتفاع ضغط الدم، داعياً إلى ضرورة الاعتدال في تناوله والحد من الإفراط حفاظاً على الصحة العامة.