Análisis de la evidencia disponible para el consumo de edulcorantes no calóricos. Documento de expertos

Aidrete-Velasco J, Lopez-García R, Zúñiga-Guajardo S, Riobó-Serván P, Serra-Majem L, Suverza-Fernández A, et al.

Documento de revisión exhaustiva de la bibliografía y de las discusiones de un panel de expertos en: toxicología, ginecoobstetricia, pediatría, endocrinología, nutrición, medicina interna, salud pública y medicina preventiva, donde se concluye que:

* Los edulcorantes no calóricos (ENC) representan una buena alternativa para sustituir el sabor dulce sin la respuesta fisiológica que genera el consumo de azúcar.
* Su consumo debe ir acompañado de una dieta correcta y un estilo de vida saludable que incluya actividad física.
* Su inocuidad está comprobada y se reevalúa constantemente.
* Tienen una ingesta diaria admisible (IDA) para propósitos de seguridad y salud.
* No existe relación entre su consumo y la aparición de enfermedades no transmisibles (cáncer, enfermedades cardiovasculares, neurológicas), así como alguna alteración relacionada con el embarazo.

## ABSTRACT

“Los edulcorantes no calóricos representan una buena alternativa para consumo de azúcares. Por sí solos no son herramientas para el control de peso. Su debe ir acompañado de una dieta correcta y un estilo de vida saludable que incluya actividad física. Su utilidad radica en proporcionar el agradable sabor dulce sin el aporte energético. La inocuidad de cada uno de los compuestos aprobados está comprobada y se reevalúa constantemente para tomar en cuenta los resultados de nuevos estudios. Debido a que no existe un edulcorante perfecto, la variedad ayuda a que se desarrollen productos cada vez más agradables para el consumidor. Este trabajo es fruto de una revisión exhaustiva de la bibliografía y de las discusiones de un panel de expertos de diversas especialidades: toxicología, ginecoobstetricia, pediatría, endocrinología, nutrición, medicina interna, salud pública y medicina preventiva, en el que se analizó extensamente la bibliografía se revisó que habitualmente se hacen los profesionales de la salud acerca de ingestión diaria admisible, etc”.

Para revisar el documento completo accede a:

h[ttp://www.medigraphic.com/pdfs/medintmex/mim-2017/mim171h.pdf](http://www.medigraphic.com/pdfs/medintmex/mim-2017/mim171h.pdf)

**Etiquetas:**

Peso, seguridad, estilo de vida,

**Referencia**

1. Aidrete-Velasco J, Lopez-García R, Zúñiga-Guajardo S, Riobó-Serván P, Serra-Majem L, Suverza-Fernández A, et al. Análisis de la evidencia disponible para el consumo de edulcorantes no calóricos. Documento de expertos. Med Interna Mex. 2017;33(1):61–83. Disponible en: h[ttp://www.medigraphic.com/pdfs/medintmex/mim-2017/mim171h.pdf](http://www.medigraphic.com/pdfs/medintmex/mim-2017/mim171h.pdf)