

# CONGRESO IBEROAMERICANO DE NUTRICIÓN

## ¿Nutrición basada en la videncia o en la evidencia?



ACADEMIA  
ESPAÑOLA DE  
NUTRICIÓN  
Y DIETÉTICA



[www.renhyd.org](http://www.renhyd.org)



3 de JULIO de 2019

Conferencias Cortas  
Temática Libre I

PONENCIA 2

### Revisiones mexicanas de evidencia técnico-científica sobre el uso de Edulcorantes No Calóricos (ENC)



Manuel López Cabanillas Lomeli<sup>1,\*</sup>

<sup>1</sup>Facultad de Salud Pública y Nutrición, Universidad Autónoma de Nuevo León, Monterrey, México.

\*[manuel.lopezc@uanl.mx](mailto:manuel.lopezc@uanl.mx)

**Introducción:** Se conoce que el consumo de ENC tiene más de un siglo, el consumo por grandes grupos de población se ha incrementado en las últimas décadas (1). Además, hoy en día se encuentran disponibles más tipos de ENC y diferentes mezclas que permiten tener una mejor palatabilidad para el consumidor; sin embargo, también se han presentado en algunos casos especulaciones sobre los posibles efectos a la salud por la inclusión de los ENC en la dieta habitual. La aprobación para el consumo de estos edulcorantes se basa no sólo en los estudios que muestran su seguridad, sino también en que no tienen un efecto fisiológico debido a que se consumirán como alimento.

En la actualidad es importante conocer a través de la evidencia científica la seguridad del consumo de edulcorantes no calóricos y dar a conocer dicha evidencia a los consumidores

para que realmente estén informados por canales de comunicación serios y éticos que su única finalidad es interpretar la evidencia científica y ponerla al alcance de los consumidores. Objetivo: Presentar las revisiones realizadas en México por diversas Sociedades Médicas de la evidencia técnico-científica sobre el uso de ENC.

**Métodos:** Se revisaron las posturas técnico-científicas sobre el uso de edulcorantes no calóricos de tres Sociedades Médicas de México: Postura de la Sociedad Mexicana de Cardiología (2); Posición de la Sociedad Mexicana de Nutrición y Endocrinología (3); Sociedad Mexicana de Pediatría (4). Para cada una de las revisiones, las Sociedades Médicas se plantearon los temas específicos relacionados a cada especialidad con los ENC y posteriormente realizaron una revisión amplia y sistemática de la literatura científica en buscadores de información

científica y se clasificaron de acuerdo a su nivel de evidencia a través del sistema *Grading of Recommendations Assessment, Development and Evaluation* (GRADE) (5).

### Discusión y Conclusiones:

*Sociedad Mexicana de Cardiología:* Los edulcorantes no calóricos son moléculas diversas con un grado alto de dulzor, que a menudo se utilizan como sustitutos de azúcar. No se ha identificado que estos aditivos de alimentos generen alteraciones hemodinámicas o factores mecánicos de afectación cardiovascular.

Cuando los edulcorantes calóricos o nutritivos se sustituyen por ENC, pueden ayudar a los consumidores a limitar el consumo de carbohidratos y energía como estrategia para controlar la glucosa o el peso. Cuando se utilizan fuera de un plan de alimentación, los ENC no parecen tener efectos apreciables, ni benéficos, ni deletéreos en el peso o en otras variables metabólicas, cardiovasculares o renales. Aunque los ENC no son sustancias biológicamente inertes, no se han encontrado efectos de relevancia clínica en la esfera cardiovascular o en sus factores de riesgo que pudieran contraindicar su uso. Su utilización en situaciones que afectan la salud cardiovascular, como son la obesidad, la diabetes, el síndrome metabólico y los trastornos de lípidos, puede ser una alternativa para reducir carbohidratos simples dentro del tratamiento integral de estas alteraciones.

*Sociedad Mexicana de Nutrición y Endocrinología:* La administración de ENC tiende a producir un efecto neutro o con mínimas variaciones sobre la mayoría de las hormonas intestinales reguladoras del hambre y la saciedad. En adultos, el uso *ad libitum* de ENC tiene un efecto nulo sobre el peso corporal. Su uso racional en programas de control de peso con sustitución de azúcares simples con endulzantes no calóricos puede contribuir a la reducción y mantenimiento del peso en programas estructurados y supervisados por profesionales de la salud. El consumo de edulcorantes no calóricos en niños y adolescentes puede ser un adyuvante en los programas de reducción y mantenimiento de peso y desarrollo de un estilo de vida saludable, siempre y cuando se evite la compensación energética. En cambio, el uso libre de edulcorantes no calóricos sin un programa de sustitución calórica en los niños tiene un efecto neutro sobre el peso.

Al analizar los ENC y otros estudios experimentales que evalúan la sustitución de azúcares simples por edulcorantes no calóricos, se puede observar una tendencia a mejorar el control metabólico en diabéticos tanto de tipo 1 como de tipo 2. En cambio, en los estudios, en personas con diabetes, en los cuales no se sustituyen los azúcares simples en la dieta por ENC, el efecto de la inclusión de endulzantes artificiales sobre los parámetros de control glucémico es nulo.

*Sociedad Mexicana de Pediatría:* Desde el punto de vista de la toxicidad, carcinogenicidad y la genotoxicidad, los ENC son seguros durante cualquier etapa de la vida incluyendo la niñez, respetando los límites de la ingesta diaria admitida (IDA). En niños con condiciones que así lo requieran tales como obesidad,

síndrome metabólico o diabetes tipo 1 y 2, los ENC pueden ser una herramienta adicional para incluirse dentro de un estilo de vida saludable que integre una dieta balanceada y actividad física.

En general, no se justifica el uso de ENC en niños, ya que el crecimiento y el desarrollo son etapas en las que no debería promoverse la restricción calórica. En niños que por alguna razón de salud requieran restricción calórica o de azúcares simples, pueden utilizarse con seguridad.

Es evidente que existen vacíos de información y que es indispensable contar con estudios diseñados en niños. A nivel mundial, pero en particular en México es necesario estimular la investigación sobre este tema para intentar llenar la insuficiente información científica actual.



## conflicto de intereses

El autor expresa que no hay conflictos de interés al redactar el manuscrito.



## referencias

- (1) Aldrete-Velasco J, López-García R, Zúñiga-Guajardo S, Riobó-Servan P, Serra-Majem LI, Suverza-Fernandez A, et al. Análisis de la evidencia disponible para el consumo de edulcorantes no calóricos. Documento de expertos. *Med Int Méx.* 2017; 33(1): 61-83.
- (2) Alexanderson-Rosas E, Aceves-García M, Álvarez-Álvarez RJ, Álvarez-Sangabriel AB, Bochicchio T, Cano-Zárate R, et al. Edulcorantes no calóricos en cardiología: Análisis de la evidencia. Documento de postura de la Sociedad Mexicana de Cardiología. 2017, Vol 87. S 3.
- (3) Laviada-Molina H, Almeda-Valdés P, Arellano-Montaño S, Bermúdez Gómez-Llanos R, Cervera-Cetinaet A, al. Posición de la Sociedad Mexicana de Nutrición y Endocrinología sobre los edulcorantes no calóricos. *Rev Mex Endocrinol Metab Nutr.* 2017(4): 24-41.
- (4) Wakida-Kuzunoki G, Aguiñaga-Villaseñor RG, Avilés-Cobián R, Baeza-Bacab MA, Cavagnariet BM, et al. Edulcorantes no calóricos en la edad pediátrica: análisis de la evidencia científica. 2017; 84(Supl. 1): S3-S23.
- (5) Aguayo-Albasini JL, Flores-Pastor BL, Soria-Aledo V, Sistema GRADE: clasificación de la calidad de la evidencia y graduación de la fuerza de la recomendación. *Cirugía Española.* 2014; 92(2): e7-e10, 71-146.

CONGRESO  
IBEROAMERICANO  
DE NUTRICIÓN

3-5 Julio  
Pamplona  
2019