

LOS EDULCORANTES NO CALÓRICOS Y SU USO EN NIÑOS

Ramírez Cazorla, María del Carmen; Hernández Sánchez, Minerva

OBJETIVO:

Los edulcorantes no calóricos (ENC) están experimentando un mayor incremento en su consumo, siendo utilizados en la sustitución de azúcares en varios alimentos y bebidas como las “light”, muy consumidos por niños y adolescentes. Nuestro objetivo es revisar la evidencia actual sobre el uso de ENC en niños.

METODOLOGÍA:

Revisión bibliográfica en diferentes bases de datos: Redalcy, SCIELO y Medline, seleccionando aquellos artículos más recientes y con mayor nivel de evidencia.

Palabras clave: *Non caloric edulcorants, use, children, aspartame.*

Criterios de inclusión:

- Se incluyeron artículos publicados desde 2008 en adelante, en español o inglés.
- Estudios realizados exclusivamente en niños.

RESULTADOS:

♦ La FDA (Food and Drug Administration), en los EE.UU, junto con la FAO y la OMS, aprueban el uso de los ENC y muestran su seguridad en la población general, incluyendo embarazadas y niños.

♦ Son pocas las recomendaciones precisas que apoyan la inclusión de ENC en bebidas y alimentos para niños, pero algunos estudios apoyan su uso como parte de un programa multidisciplinario en niños con sobrepeso y obesidad.

♦ Más beneficiosos los ENC cuando se usan para reemplazar el aporte de calorías de alimentos densos en energía.

♦ En cambio, The Institute of Medicine, no apoya el uso de ENC en niños, debido a que se ha demostrado que evitan el consumo de leche, frutas o jugos de frutas de la dieta infantil.

♦ De forma similar, The American Academy of Pediatrics señala que los ENC han sido inadecuadamente estudiados para su uso en niños y no deben formar parte significativa de la nutrición infantil.

CONCLUSIONES:

El uso adecuado en niños de productos que contengan ENC puede ser una herramienta contra la obesidad infantil, dentro de un plan alimentario. A día de hoy son necesarias más investigaciones que aporten datos a largo plazo que garanticen la seguridad en su consumo desde la infancia o adolescencia.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- Calzada-León, R., de la Luz Ruiz-Reyes, M., Altamirano-Bustamante, N., y Padrón-Martínez, M. M. (2013). Características de los edulcorantes no calóricos y su uso en niños. *Acta Pediátrica de México*, 34(3), 141.
- Herrera, A. I. (2011). Los edulcorantes y su uso en Niños; Sweeteners and use in children. *Rev. GASTROHNUP*, 13(2), 110-112.
- Sylvestsky, A., Rother, K., Brown, R., (2011). *Artificial Sweetener Use among Children: Epidemiology, Recommendations, Metabolic Outcomes, and Future Directions*, *Pediatr Clin N Am* ; 58: 1467-1480.