

# Advertencia sobre los edulcorantes sintéticos<sup>1</sup>



La excesiva ingestión de carbohidratos simples (azúcares) amenaza la salud y provoca enfermedades metabólicas.

Históricamente una reducción en el consumo de el azúcar sea por dieta o por el uso de edulcorantes sintéticos, se pensó que producen efectos metabólicos beneficiosos -una creencia que igual desarrollo de productos sintéticos llamados edulcorantes sintéticos.

La idea inicial fue que los edulcorantes sintéticos son absorbidos nuevamente y por lo tanto podrían dar efectos metabólicos beneficiosos, Hoy en día los edulcorantes artificiales son ampliamente utilizados en alimentos, bebidas, salsas y dulces; mientras tanto la idea inicial de los edulcorantes artificiales son inertes y sanos están actualmente discutidas y la

Organización Mundial de la Salud (OMS) ha emitido recientemente una recomendación provisional contra el uso de edulcorantes artificiales para controlar el peso corporal debido que se ha encontrado que algunos tienen efectos no beneficiosos sobre la inmunidad y la enfermedad cardiovascular.

En experimentos en animales se ha encontrado un aumento de la susceptibilidad a las infecciones.

La diversidad de edulcorantes artificiales y su potencial efecto sobre los microbios del organismo puede conferir un riesgo de enfermedad, sin embargo se necesitan más estudios clínicos para evaluar el efecto de los edulcorantes artificiales sobre la salud en los seres humanos.

*Rolando Calderón Velasco*

OMS 2023

**Citar como:** Calderón-Velasco R. Revista de Revistas. Advertencia sobre los edulcorantes sintéticos. Diagnóstico (Lima). 2023;62(3):228.

**DOI:** <https://doi.org/10.33734/diagnostico.v62i3.475>

**Correspondencia:** Rolando Calderón Velasco.

**Correo electrónico:** rocalve@gmail.com