

CESIA OVALLE MÉNDEZ

TOXICOLOGIA DE LOS ALIMENTOS



3ER CUATRIMESTRE

LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

**L.N. LEAL LÓPEZ JHOANA
GUADALUPE**

QUE SON EDULCORANTES

son sustancias, naturales o artificiales, que se utilizan para impartir un sabor dulce a los alimentos y bebidas, a menudo con menos o ninguna caloría que el azúcar. Se utilizan como sustitutos del azúcar en productos "sin azúcar" o "dietéticos" y pueden encontrarse en una variedad de alimentos y bebidas procesados



USO DE EDULCORANTES

Niños: No obstante, el consumo de alimentos y de bebidas azucaradas y/o edulcoradas es elevado, reflejando o un aporte calórico importante, o un patrón de hábitos alimentarios inadecuados en los niños



Obesidad: las personas con obesidad pueden ser más sensibles a los edulcorantes artificiales que las personas en normopeso, y los cambios que ocurren a nivel celular, pueden predisponer a padecer complicaciones metabólicas como Diabetes tipo II o enfermedades inflamatorias.



USO DE EDULCORANTES

DM: puede ser una alternativa al azúcar para reducir la ingesta calórica y el impacto en los niveles de glucosa en sangre, pero si es excesivo puede desarrollar hipertensión.

R. A la insulina: se sugiere un consumo moderado de edulcorantes, priorizando opciones como la stevia o el eritritol, que tienen un menor impacto en los niveles de glucosa en sangre

INTERACCIÓN CON LA M.INTESTINAL

Algunos estudios sugieren que los edulcorantes artificiales pueden afectar la microbiota intestinal, lo que podría tener implicaciones en la salud metabólica.



SE RECOMIENDAN

Los edulcorantes son útiles para las personas sanas o con alternativa al azúcar, pero aún así deben de ser consumidos moderadamente ya que si se consumen diario y a largo plazo puede desarrollar diabetes tipo 2 y problemas cardiovasculares.



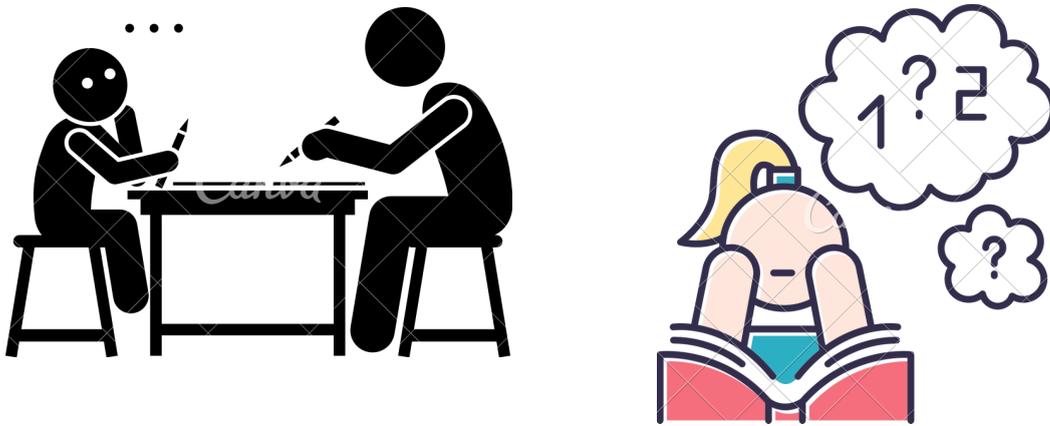
CUANTO TIEMPO ES RECOMENDABLE

de manera moderada y a corto plazo, ya que su consumo a largo plazo puede tener efectos negativos en la salud, como el aumento del riesgo de diabetes tipo 2 y enfermedades cardiovasculares. La OMS incluso desaconseja su uso para el control de peso, ya que no son efectivos a largo plazo y pueden tener consecuencias adversas según la OMS.



RELACION CON PERSONAS CON TDAH

La relación entre edulcorantes artificiales y el TDAH en personas no es concluyente, pero algunos estudios sugieren que ciertos edulcorantes podrían afectar negativamente el comportamiento y la atención, especialmente en niños



RELACION CON PERSONAS CON AUTISMO

algunos estudios sugieren una posible conexión entre el consumo de edulcorantes artificiales y un mayor riesgo de autismo en niños, especialmente aquellos con madres que consumieron grandes cantidades de bebidas endulzadas artificialmente durante el embarazo



BIBLIOGRAFIA

De L'Hospital Universitari Quirón Dexeus, C.-. S. D. I. N. (s. f.). Clínica d'Endocrinologia i Nutrició a Barcelona.
CSENDOCS - Servei D'Endocrinologia I Nutrició de L'Hospital Universitario

Iizuka, K. (2022). Is the Use of Artificial Sweeteners Beneficial for Patients with Diabetes Mellitus?

Casanova, M., & Casanova, M. (2015, 11 novembre). Autismo y su posible relación a edulcorantes artificiales o sustitutos del azúcar

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1695403315000739>