

## **La Asociación Dietética de EE. UU. afirma que el consumo durante el embarazo del aspartame es seguro**

El informe detallado de la Asociación Dietética de EE. UU., "Nutrition and Lifestyle for a Healthy Pregnancy Outcome" (Nutrición y estilo de vida para un embarazo sano), fue publicado en el Journal of the American Dietetic Association (Publicación de la Asociación Dietética de EE. UU.) de este mes. En la sección sobre "Edulcorantes y otros ingredientes", se señala lo siguiente: "El uso de edulcorantes y otros ingredientes clasificados como Generalmente Reconocidos como Seguros es aceptable con moderación durante el embarazo. La gestión de riesgos considera cualquier posible toxicidad durante el embarazo. El consumo de acesulfame potasio, aspartame, sucralosa, y neotame dentro de la ingestas diarias aceptables se considera seguro durante el embarazo". (Journal of the American Dietetic Association, Marzo de 2008, 108(3): 553-560.)

## **La Autoridad de Seguridad Alimentaria cuestiona las opiniones sobre el aspartame - 3 de agosto de 2007**

A la Autoridad de Seguridad Alimentaria de Nueva Zelanda (New Zealand Food Safety Authority, NZFSA) le preocupa que las declaraciones anecdóticas hechas por defensores anti aspartame sobre el edulcorante no parecieran estar respaldadas por pruebas reales.

"Las declaraciones que se están haciendo, y que son ampliamente reportadas en los medios, no están haciéndole ningún favor al público", señala el Dr. Andrew McKenzie, Director Ejecutivo Interino de la NZFSA. "El aspartame es una de las sustancias más estudiadas en el mundo y conserva uno de los niveles más altos de Ingesta Diaria Aceptable (IDA) que cualquier otro aditivo (40 mg/kg-pc).

"En personas que padecen de problemas de salud mucho más graves, como diabetes u obesidad, el uso de ciencia chatarra para poner en duda una alternativa comprobada y segura al azúcar es muy decepcionante.

"Además de las puestas en entredicho formuladas por estos defensores sobre la Administración de Fármacos y Alimentos de los Estados Unidos (FDA), ¿cómo explican la decisión de otros reguladores de seguridad alimentaria de otros países, como la Agencia de Normas Alimentarias del Reino Unido (FSA) y la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA), de seguir permitiendo su uso? El hecho es que una gran cantidad de excelentes estudios científicos muestra que el aspartame es una sustancia muy segura. Los estudios que pretenden mostrar lo contrario han sido hasta ahora rechazados abrumadoramente por las principales autoridades de seguridad alimentaria por ser incorrectos.

"Si existieran pruebas fehacientes, pero aún desconocidas, que indicaran que el aspartame ocasiona la cantidad de problemas sugeridos, entonces esos mismos defensores, si realmente les importa la salud pública, deberían dar a conocer dichas pruebas para poder evaluarlas. La NZFSA obviamente consideraría cualquier prueba nueva, sensata y científica sobre el aspartame, como lo haría, y lo hace, en relación a cualquier problema de seguridad alimentaria. Pero celebrar reuniones y sostener conversaciones, como hacen estos activistas, no puede clasificarse como ciencia sólida y sensata".

John Reeve, toxicólogo principal de la NZFSA (quién cuenta con más de 30 años de experiencia en toxicología, incluyendo su trabajo como asesor de expertos internacionales), señala que las personas que formulan estas demandas deben presentar sus credenciales.

"Cada persona consciente necesita preguntarse '¿lo que dice esta persona está respaldado por pruebas?' y '¿qué títulos poseen como para formular estas demandas?'

"Los datos toxicológicos son muy complejos y requieren una interpretación minuciosa". Al igual que en todas las ciencias biológicas, los falsos positivos y los falsos negativos son una realidad y se requiere pericia para interpretar correctamente los datos de dichos estudios. Las interpretaciones demasiado simplistas arrojan conclusiones incorrectas.

"En Italia, recientes estudios con ratas que dicen mostrar que el aspartame ocasiona varios tipos de cáncer, son excelentes ejemplos. Estos estudios fueron realizados de una forma que no habría podido suministrar ninguna información sobre la toxicidad del aspartame o, de hecho, sobre ninguna otra cosa en la dieta de las ratas. A los animales utilizados se les permitió vivir hasta que murieran de forma natural, lo que significa que todo lo que hizo el estudio fue mostrar los resultados del envejecimiento, lo que como todos sabemos es un proceso natural que termina, inevitablemente, en la muerte".

"De hecho, la única conclusión que puede extraerse de los resultados, es que el aspartame es aparentemente seguro ya que éstos mostraron que las ratas que lo consumieron (incluso en dosis mucho más altas) vivieron tanto (o más) que las ratas que no lo hicieron, a pesar de haber consumido hasta más de 100 veces la IDA durante cada día de sus vidas. Si el aspartame fuera tan terriblemente tóxico como se dice, sería lógico esperar que las ratas que lo consumen tuvieran vidas más cortas. Las conclusiones arrojadas por los investigadores obviamente no estaban respaldadas por sus propios datos".

Al Dr. McKenzie le preocupa que las campañas en contra del aspartame, y la cobertura mediática que se les da, pudieran tener consecuencias sobre la salud de algunas personas en riesgo.

"La formulación de sospechas infundadas sobre el aspartame, que es una alternativa segura al azúcar, podría hacer que muchas personas comenzaran a consumir demasiada azúcar, a pesar de los conocidos y aceptados efectos que podrían poner en peligro la vida asociados con la diabetes, obesidad y enfermedades similares".

Cualquier persona que quiera evitar alimentos que contengan aspartame, puede identificar su presencia en la etiqueta. Los consumidores pueden tomar decisiones bien informadas ya que a los fabricantes de alimentos se les exige colocar una etiqueta con la lista de aditivos alimentarios y otros ingredientes, incluyendo edulcorantes.