

Consumo de bebidas endulzadas artificialmente (BEA) con edulcorantes no nutritivos y su relación con el desarrollo de Síndrome Metabólico y Diabetes Tipo 2

Grupo de Estudio DIABETES

Coordinadora :ROSON M. Isabel

Integrantes: MARTINELLI Cecilia, OLIVA Flavia, PRESNER Natalia¹, RODRIGUEZ MASIP Mora, TEXIDO Laura, TORNESE Mariela.

Correspondencia: mariaisabelroson@gmail.com

RESUMEN

Se llevó a cabo una búsqueda bibliográfica en PubMed, Scielo y Cochrane, de artículos publicados a partir del año 2009, momento en el que se publica el estudio MESA, con el objetivo de conocer la relación entre el consumo de BEA y el riesgo de desarrollo de síndrome metabólico y DM 2.

En Argentina un 37,1 % de la población padece sobrepeso, un 20,8% obesidad y un 9,8 % diabetes. La prevalencia de síndrome metabólico oscila entre el 20 y 25%. Según el estudio HIDRATAR el consumo promedio de agua, bebidas e infusiones fue de 2050 ml/día, de los cuales un 29% correspondió a BEA. No existe consenso de los organismos internacionales para su consumo.

Se encontraron 12 trabajos que señalan los efectos adversos de las BEA; presentan una mayor población en estudio, seguida durante más tiempo. Es un tema controvertido con mucha disparidad en la obtención de la información, teniendo en cuenta además que en el caso de estudios con humanos, son muchos los componentes del plan alimentario que hay que considerar.

Ha quedado demostrado que los edulcorantes no nutritivos no son sustancias metabólicamente inertes y hay evidencia que sugiere que las BEA no son completamente inocuas, siendo primordial y necesaria la educación para limitar su consumo y promover la ingesta de agua.