



Los edulcorantes ayudan a prevenir la diabetes

- Los edulcorantes bajos en calorías juegan un papel positivo en la prevención de la diabetes y el sobrepeso, y su consumo es totalmente seguro. Éstas son algunas de las principales conclusiones del encuentro sobre “Edulcorantes, Salud y Consumidor” organizado en Chinchón por la Fundación para la Investigación Nutricional y el apoyo del Servicio Madrileño de Salud de la Comunidad de Madrid.

Ante las diversas informaciones que surgen sobre la seguridad de los edulcorantes, los expertos han asegurado que existe un importante volumen de datos contrastados y un dictamen científico elaborado por la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria que avalan la seguridad de su ingesta diaria recomendada.

Durante el encuentro, expertos nacionales e internacionales en salud, nutrición y seguridad alimentaria presentaron los resultados de diversos estudios científicos que demuestran que los edulcorantes bajos en calorías no afectan a los niveles de azúcar o insulina en sangre y su aporte calórico es muy bajo o nulo, con lo que desempeñan un papel muy importante en la pérdida de peso.

Actualmente, en la Unión Europea hay aprobados diez edulcorantes bajos o sin calorías que son utilizados en numerosos alimentos y bebidas.