



**ENDOCRINOLOGÍA** ESTUDIOS PRECLÍNICOS CONSTATAN EL RIESGO DE ESTE EDULCORANTE

## La fructosa en cantidades abundantes y durante mucho tiempo provoca sobrepeso y alteraciones metabólicas

### ■ Redacción

Según concluyen recientes estudios preclínicos realizados por especialistas del Centro de Investigación Biomédica en Red-Fisiopatología de la Obesidad y la Nutrición (CIBERobn), que dirige desde la Universidad de Santiago de Compostela Felipe F. Casanueva, el consumo abusivo de bebidas con fructosa provocaría sobrepeso y otras alteraciones metabólicas perjudiciales para el organismo.

Las investigaciones, coordinadas por Miguel Ángel Martínez Olmos, miembro del grupo, y basadas en estudios previos sobre este tema divulgados en *Hepatology*, *AJP-Heart and Circulatory Physiology* e *Hypertension*, han evidenciado, en animales, que la ingesta de líquido azucarado en cantidades abundantes durante un período de tiempo prolongado desarrolla una resistencia del organismo a la leptina "Esto repercutiría en la acu-

mulación energética en forma de grasa que aceleraría la aparición de obesidad", asegura Martínez Olmos.

En niños y adolescentes, edades donde el consumo de bebidas edulcoradas, como los refrescos, es cada vez más habitual, resulta preocupante esa alteración metabólica que aporta la fructosa, más acusada cuando se utiliza para azucarar líquidos que sólidos, según los trabajos del CIBERobn.

La fructosa, o levulosa,

uno de los edulcorantes más utilizados en refrescos, es el azúcar de la fruta, cuyo consumo dietético ha estado ligado siempre a efectos beneficiosos porque su ingesta no aumentaba la producción de insulina, al contrario que la glucosa y otros carbohidratos. Sin embargo, los estudios del CIBERobn han desmontado esta teoría al observar que la fructosa añadida a alimentos procesados puede resultar engorstande.