

Un estudio sugiere que el consumo de dos edulcorantes artificiales se asocia con un mayor riesgo de cáncer.

Publicado el: 25-03-2022

El uso de edulcorantes artificiales en bebidas y alimentos se ha popularizado en los últimos años porque consiguen endulzar sin el aporte de calorías que supone el azúcar añadido.

Sin embargo, algunos estudios ya han apuntado a que no son una alternativa mucho más saludable desde el punto de vista nutricional, puesto que su consumo también puede aumentar el [riesgo de obesidad y diabetes](#). Ahora, una investigación publicada en «PLOS Medicine» por Charlotte Debras y Mathilde Touvier del Instituto Nacional Francés para la Salud y la Investigación Médica (Inserm) y la Universidad Sorbonne Paris Nord (Francia), sugiere que algunos edulcorantes artificiales están asociados con un mayor riesgo de cáncer.

Se trata de un estudio observacional, por lo que **no establece una causa-efecto**, y las autoras advierten de que se requerirá investigación adicional para confirmar los hallazgos y aclarar los mecanismos subyacentes.

«Nuestros hallazgos no respaldan el uso de edulcorantes artificiales como alternativas seguras para el azúcar en alimentos o bebidas y brindan información importante y novedosa para abordar las controversias sobre sus posibles efectos adversos para la salud. Aunque estos resultados necesitan replicarse en otras cohortes a gran escala y que los mecanismos subyacentes sean aclarados por estudios experimentales, brindan información importante y novedosa para la reevaluación en curso de los aditivos alimentarios edulcorantes por parte de la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria y otras agencias de salud a nivel mundial», señalan las autoras de la investigación.

Para evaluar la potencial carcinogenicidad de los edulcorantes artificiales, las investigadoras analizaron **datos de 102.865 adultos franceses** que participaron en el estudio NutriNet-Santé, una cohorte en curso iniciada en 2009 por el Equipo de Investigación en Epidemiología Nutricional (EREN). Los participantes se inscriben voluntariamente y autoinforman su historial médico, datos sociodemográficos, dietéticos, de estilo de vida y de salud.

Los investigadores recopilaron datos sobre la ingesta de edulcorantes artificiales a partir de registros dietéticos de 24 horas. Después de recopilar información sobre el diagnóstico de cáncer durante el seguimiento, los investigadores realizaron análisis estadísticos para investigar las asociaciones entre la ingesta de edulcorantes artificiales y el riesgo de cáncer. También ajustaron por una variedad de variables que incluyen edad, sexo, educación, actividad física, tabaquismo, índice de masa corporal, altura, aumento de peso durante el seguimiento, diabetes, antecedentes familiares de cáncer, así como ingestas iniciales de energía, alcohol, sodio, ácidos grasos saturados, fibra, azúcar, alimentos integrales y productos lácteos.

Las investigadoras encontraron que los participantes que consumían grandes cantidades de edulcorantes artificiales, en particular [aspartamo](#) y [acesulfamo-K](#), tenían un mayor riesgo de cáncer en general en comparación con los no consumidores. En concreto, se observaron mayores riesgos para el cáncer de mama y los cánceres relacionados con la obesidad.

El estudio tiene varias limitaciones importantes, como que las ingestas dietéticas son autoinformadas. El sesgo de selección también puede haber influido, ya que era más probable que los participantes fueran mujeres, tuvieran niveles educativos más altos y exhibieran comportamientos conscientes de la salud. La naturaleza observacional del estudio también significa que es posible la confusión residual y que no se puede descartar la causalidad inversa.

«Los resultados de la cohorte NutriNet-Santé sugieren que los edulcorantes artificiales que se encuentran en muchas marcas de alimentos y bebidas en todo el mundo pueden estar asociados con un mayor riesgo de cáncer, en línea con varios estudios experimentales in vivo/in vitro. Estos hallazgos brindan información novedosa para la reevaluación de estos aditivos alimentarios por parte de las agencias de salud», concluye Debras.

Fuente: <https://netsaluti.com>