

IMPLICACIONES SANITARIAS DE LOS ADITIVOS ALIMENTARIOS

Ana Isabel Medina Arias

INTRODUCCIÓN:

Desde épocas antiguas se ha intentado conservar los alimentos con diferentes técnicas (humo, sal, vinagre, especias). Esta necesidad, sumada a la mejora de las características organolépticas, facilidad de preparación, transporte, almacenamiento, originalidad, cambios de color, sabor, da lugar a la aparición de los aditivos alimentarios. Éstos han ido cobrando cada vez más importancia, hasta el punto de que la gran mayoría de los alimentos los contienen, además han sido relacionados con numerosos problemas de la salud, en concreto con comportamientos hiperactivos.

Se define como aditivos alimentarios a las sustancias que se añaden a los alimentos con un fin tecnológico (incluido organoléptico), éste puede ser mejorar su aspecto, textura, resistencia a los microorganismos, etc., en las distintas etapas de su producción, elaboración, preparación, tratamiento, envasado, empaquetado, transporte o almacenamiento. (Manual de Procedimiento del Codex, 15ª edición).

OBJETIVO:

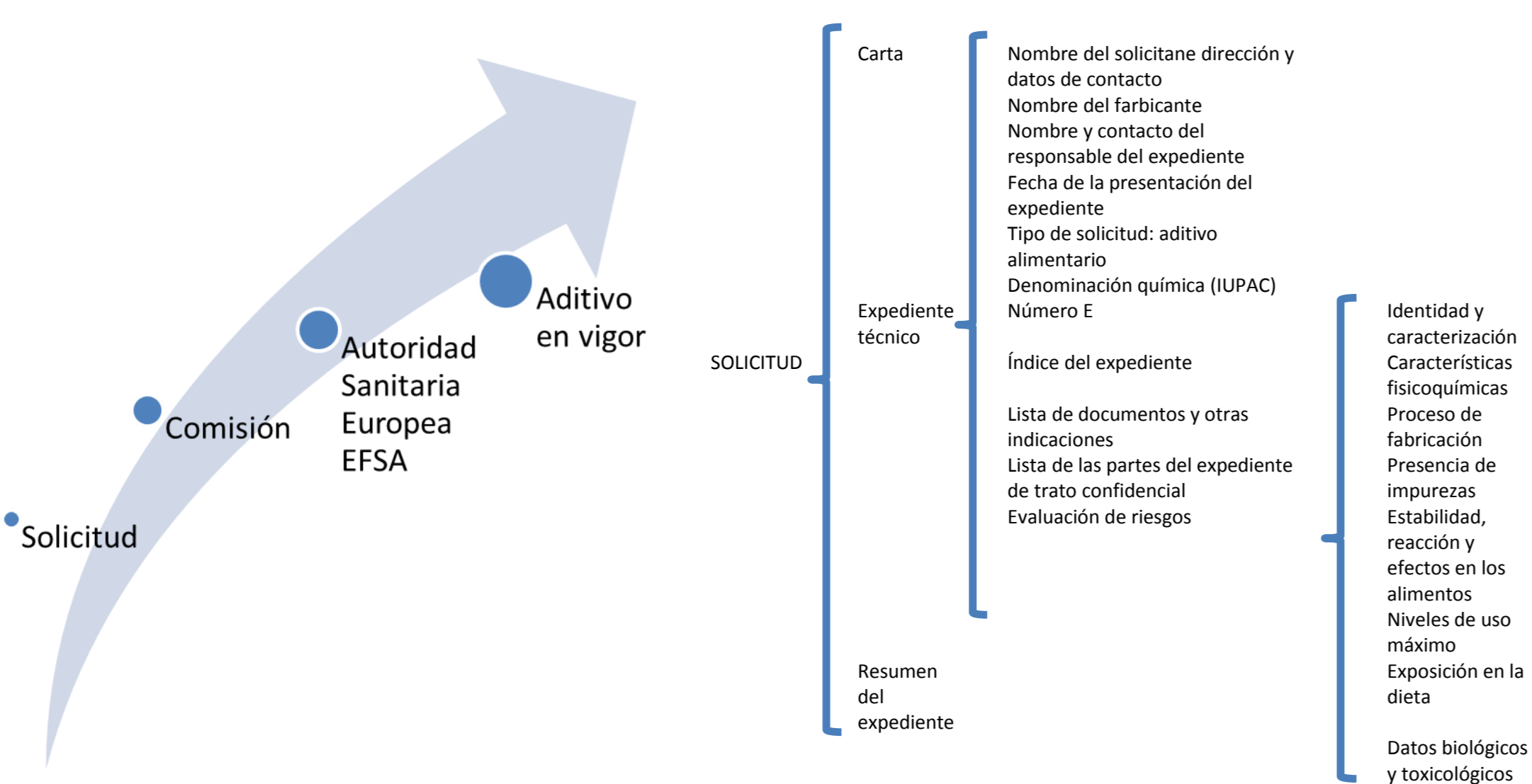
Conocer los procedimientos de autorización de aditivos alimentarios y revisar efectos indeseables de éstos, especialmente en el Trastorno por déficit de atención e hiperactividad.

METODOLOGÍA:

Para la realización de este estudio se ha realizado una revisión bibliográfica de textos científicos y legales en vigor.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN:

Procedimiento de autorización de aditivos alimentarios Reglamento (UE) nº 234/2011



Las listas donde se incluyen los aditivos son listas abiertas, en las que sólo las sustancias que figuran en ellas pueden ser utilizadas, y las que no figuran no. Los aditivos que se incluyen en estas listas pueden ser retirados si los estudios de toxicidad lo indicaran así, y se pueden incluir nuevos aditivos.

Aditivos alimentarios y salud.

A pesar del minucioso proceso de autorización y evaluación de los riesgos, el uso de aditivos alimentarios es un tema que preocupa a los consumidores, por los numerosos efectos indeseables que éstos conllevan.

En concreto se ha asociado al Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH). La etiología de este trastorno no está clara y se asocia a factores genéticos, biológicos y ambientales, se sabe que la dieta juega un importante papel en esta patología, cabe destacar el papel de los aditivos alimentarios, ya que al suprimirlos de la dieta se demuestra eficaz a la hora de mejorar los síntomas de esta patología, se relaciona con las alergias a determinados aditivos.

Hay un aumento de los casos de TDAH relacionada con el uso de colorantes y conservantes artificiales, al eliminarlos de la dieta se confirma una mejora en la sintomatología de la hiperactividad.

La intolerancia o alergia a algún aditivo alimentario en niños sanos puede dar un factor negativo en la aparición de TDAH.

La dieta de exclusión de colorantes alimentarios sintéticos se asocia a un menor comportamiento hiperactivo en niños de la población general, pero hay muchas variaciones interindividuales, ya que los factores genéticos influyen en estas diferencias.

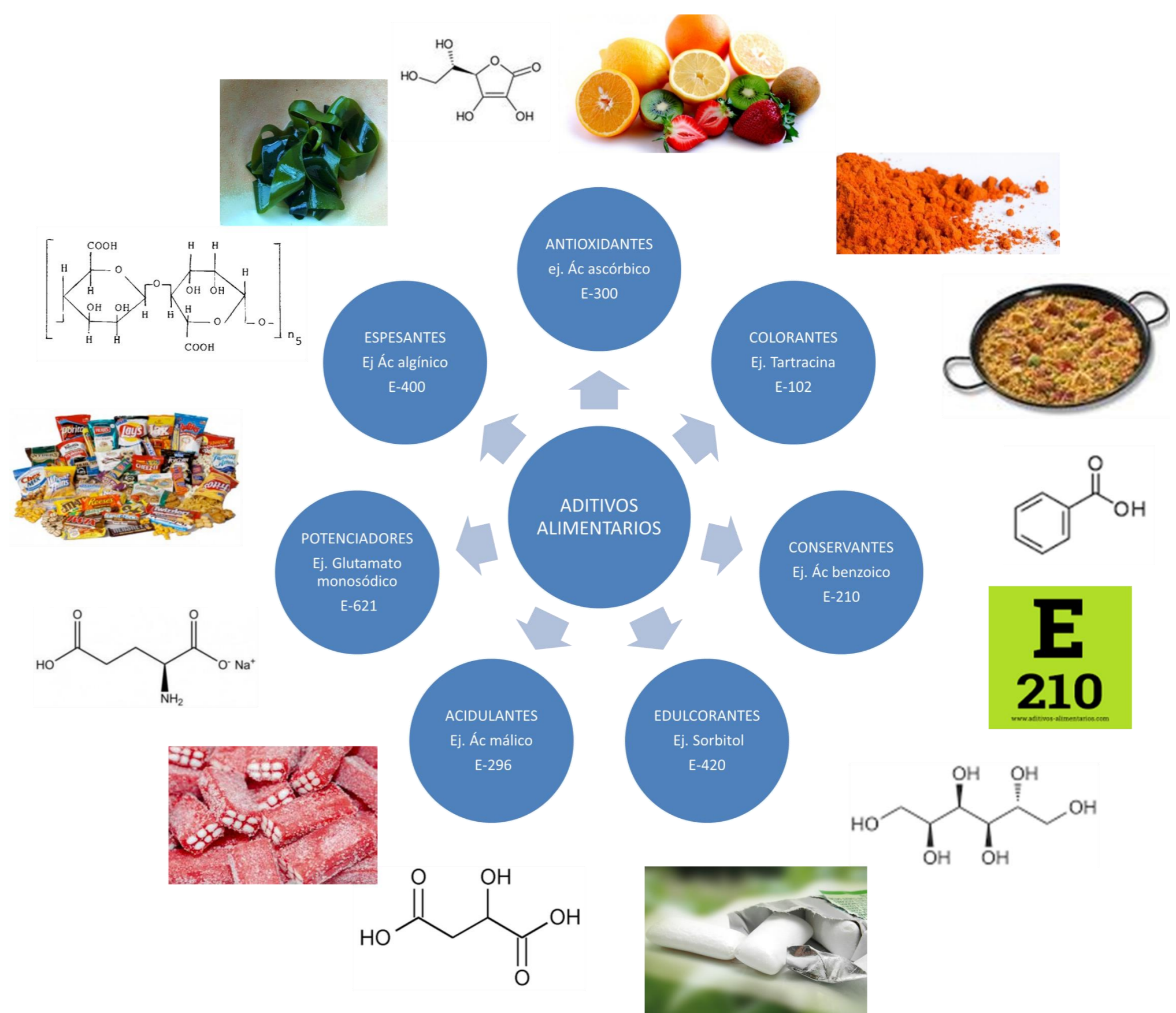
Hay una mejora del comportamiento y rendimiento escolar con el cambio de la dieta, entre otras cosas, suprimiendo de ésta, los aditivos alimentarios.

Los colorantes: Amarillo anaranjado (E110), Carmoisina (E122), Tartrazina (E102), Ponceau 4R (E124), Quinolina (E104), y el conservante benzoato sódico (E221) parecen estar relacionados con comportamientos hiperactivos en niños de la población general.

BIBLIOGRAFÍA:

- 1.- Aspectos nutricionales en el trastorno por déficit de atención/hiperactividad J. Quintero a, J. Rodríguez-Quirós b, J. Correas-Lauffer c, J. Pérez-Templado b 2009, REVISTA DE NEUROLOGÍA
- 2.- Colorantes alimentarios artificiales y trastorno por déficit atencional con hiperactividad Robin B Kanarek
- 3.- CUBERO, N., MONTFERRER, A., Y VILLALTA, J. 2002. Aditivos alimentarios Editorial Mundi-Prensa Libros, S.A. Madrid. 16. Marvin Boris, MD and Francine S.
- 4.- Food sensitivity and the nervous system: hyperactivity, addiction and riminal behavior. Nutritio research reviews. Jane robinson JR, anne ferguson AF 1992;5(1):203-23- epub 1992/01/01
- 5.- Hacia una psicología para entender: explorando el misterio llamado TDAH William A. Mosier Universidad de Wright State, Dayton, OH
- 6.- http://aesan.msssi.gob.es/AESAN/web/cadena_alimentaria/detalle/aditivos.shtml
- 7.- <http://www.eufic.org/article/es/expid/basicas-alergias-intolerancias-alimentarias/>
- 8.- Hyperactive Children's Support Group (HACSG) <http://www.hacsg.org.uk>
- 9.- Ibañez Pradas V, García Vera C. algunos aditivos alimentarios podrían determinar comportamientos hiperactivos en niños preescolares (•años) y escolares (8-9 años). Evid pediatr 2008;4:12
- 10.- Jane robinson JR, anne ferguson AF. Food sensitivity and the nervous system: hyperactivity, addiction and riminal behavior. Nutritio research reviews. 1992;5(1):203-23- epub 1992/01/01
- 11.- J.J. Gálvez Galve Trastorno por déficit de atención con hiperactividad MEDICINA NATURISTA, 2010; Vol. 4 - N.º 1: 9-14 I.S.S.N.: 1576-3080
- 12.- NATURA MEDICA TRI X n.º 45 Invierno 1 996-97: toxicidad de metales, oligoelementos y aditivos alimentarios.
- 13.- Programa conjunto FAO/OMS sobre normas alimentarias.
- 14.- Reglamento (UE) n.º 234/2011 de la Comisión, de 10 de marzo de 2011, de ejecución del Reglamento (CE) n.º 1331/2008 del Parlamento Europeo y del Consejo, por el que se establece un procedimiento de autorización común para los aditivos, las enzimas y los aromas alimentarios Texto pertinente a efectos del EEE
- 15.- Salud, alimentación y sexualidad en el envejecimiento. Volumen I Comps. José Jesús Gázquez Linares Mª del Carmen Pérez-Fuentes Mª del Mar Molero Jurado Ana Belén Barragán Martín Fernando Cardila Fernández África Martos Martínez Edita: ASUNIVERP

Principales categorías de aditivos alimentarios:



CONCLUSIÓN:

La etiología del TDAH es compleja, en ella se incluyen factores personales, fisiológicos, ambientales, terapéuticos, nutricionales... centrándonos en los factores nutricionales, en concreto en el consumo de aditivos alimentarios, los datos obtenidos en los estudios realizados para la relación de la hiperactividad con el uso de estos aditivos, se puede concluir que aparece un efecto beneficioso de mejora de la sintomatología de hiperactividad en niños de la población general al suprimir los aditivos de la dieta. De esta manera, algunos aditivos alimentarios en la dieta de niños en la población general pueden predisponer a comportamientos hiperactivos.

Los estudios hasta el momento no son los suficientemente concluyentes y homogéneos en todos los grupos de edad estudiados como para poder establecer recomendaciones generales en la alimentación de los niños, ya que aún no está claro exactamente qué colorantes o qué conservantes son exactamente los responsables de estos efectos hiperactivos.

Sería conveniente que los niños con TDAH y su entorno fueran aconsejados sobre la alimentación más adecuada para obtener un mayor beneficio en la disminución de los síntomas de este trastorno. Esta alimentación consistiría en alimentos naturales libres de colorantes alimentarios sintéticos o con la menor cantidad posible, aun así esto no sería el único tratamiento útil, pero si sería un complemento positivo al tratamiento del TDAH

Las evidencias para relacionar estos dos aspectos son pocas y poco concluyentes, serían necesarios más estudios para determinar exactamente el grado de influencia del consumo de aditivos alimentarios en el TDAH.



FACULTAD DE FARMACIA
UNIVERSIDAD COMPLUTENSE