

Se usa en panadería, bebidas, chicles y dulces: Estudio confirma que el edulcorante eritritol eleva el riesgo cardiovascular

Diversos estudios habían advertido de que el eritritol, un edulcorante artificial habitual en productos de panadería, bebidas, chicles y dulces, aumenta el riesgo de sufrir problemas cardiovasculares. Hoy, una nueva investigación suma evidencias en contra de



este sustituto del azúcar. El estudio, dirigido por Stanley Hazen, catedrático de Ciencias Cardiovasculares y Metabólicas del Instituto de Investigación Lerner de la Clínica Cleveland (Ohio, Estados Unidos), demostró que el eritritol hace más activas las plaquetas (un tipo de célula sanguínea), lo que puede aumentar el riesgo de coágulos sanguíneos, algo que el azúcar no hace. La investigación, publicada este jueves en "Arteriosclerosis, Thrombosis and Vascular Biology", añade nuevas pruebas de que el eritritol no es tan seguro como lo clasifican actualmente las agencias reguladoras de los alimentos y debería reevaluarse. "Muchas sociedades profesionales y médicos recomiendan habitualmente a las personas con alto riesgo cardiovascular -obesidad, diabetes o síndrome metabólico- que consuman alimentos que contengan sustitutos del azúcar en lugar de azúcar", explica Hazen, autor principal del estudio. Por eso es importante hacer estudios clínicos a largo plazo que ayuden a "evaluar la seguridad cardiovascular del eritritol y otros sustitutos del azúcar", advierte el cardiólogo. El eritritol en la sangre El eritritol, que se obtiene de la fermentación del azúcar del maíz, es aproximadamente un 70% más dulce que el azúcar y se usa como alternativa al azúcar o la sacarina porque no aporta calorías ni carbohidratos. Pero, una vez ingerido, el eritritol no se metaboliza bien en el organismo sino que pasa al torrente sanguíneo y se elimina a través de la orina. El cuerpo humano crea cantidades bajas de eritritol de forma natural, por lo que cualquier consumo adicional puede acumularse. Sin embargo, el eritritol está clasificado por la FDA (Administración de Alimentos y Medicamentos de EE.UU.) y por la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria como ingrediente "generalmente reconocido como seguro", lo que permite su uso sin restricciones en productos alimentarios.