

Conocido edulcorante aumenta el riesgo cardiovascular

Se trata del eritritol, que se obtiene de la fermentación del azúcar del maíz, y se encuentra en bebidas, chicles y dulces.

Agencia EFE

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. Ahora, una nueva investigación suma evidencias en contra de este sustituto del azúcar.

El estudio, dirigido por Stanley Hazen, catedrático del Instituto de Investigación Lerner de la Clínica Cleveland (EE.UU.), ha demostrado que el eritritol hace más activas las plaquetas (un tipo de cé-

lula sanguínea), lo que puede aumentar el riesgo de coágulos sanguíneos, algo que el azúcar (glucosa) no hace.

La investigación, publicada ayer 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.

EL EDULCORANTE

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 aportan 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.

Estudios recientes han hallado que este edulcorante, en las cantidades que se consumen habitualmente, eleva el riesgo cardiovascular.

El nuevo trabajo se diseñó para observar de forma más directa los

efectos en las plaquetas tras la ingestión de eritritol en una dosis típicamente contenida en un refresco o una magdalena "sin azúcar".

En 20 voluntarios sanos, el equipo halló que el nivel medio de eritritol después de comer aumentó más de 1.000 veces en el grupo que consumió eritritol en comparación con sus niveles iniciales.

Los resultados también revelaron que los participantes mostraron un aumento significativo en la formación de coágulos sanguíneos tras consumir eritritol, pero no se observó ningún cambio tras consumir glucosa. ☹️



EL EDULCORANTE ES CASI UN 70% MÁS DULCE QUE EL AZÚCAR Y SE USA COMO ALTERNATIVA AL AZÚCAR O LA SACARINA.