



# ANMAT

Administración Nacional de Medicamentos,  
Alimentos y Tecnología Médica

## ACERCA DE LOS EDULCORANTES QUE CONTIENEN ASPARTAMO

*En forma recurrente, a través de diversos sitios de Internet o por medio del correo electrónico, se han difundido mensajes acerca de supuestos efectos nocivos que produciría el aspartamo, un endulzante artificial muy utilizado tanto en la Argentina como en muchos otros países. Por ello, a continuación difundimos la información existente a la fecha sobre este aditivo, la cual surge de diversas investigaciones realizadas a nivel nacional e internacional.*

El aspartamo es un edulcorante no nutritivo (artificial) cuya potencia endulzante es equivalente a unas 200 veces la del azúcar. Es utilizado en alimentos dietéticos o para regímenes especiales en diferentes concentraciones, dependiendo del alimento considerado. Desde que la Food and Drug Administration (FDA) de los Estados Unidos lo aprobara en 1981 como endulzante para alimentos y bebidas, la seguridad del aspartamo ha sido evaluada 26 veces. En 1996, fue autorizado como endulzante para todos los usos por dicha agencia, y en la actualidad se comercializa en más de 100 países.

El aspartamo es usado ampliamente en países industrializados como los EE.UU., Canadá, Reino Unido, Alemania y Japón, y ha sido examinado y aprobado por comités científicos de expertos tales como el Comité Mixto FAO/OMS de Expertos en Aditivos Alimentarios (JECFA) y el Comité Científico en Alimentos de la Unión Europea. Su seguridad ha sido reafirmada por las autoridades de salud mundialmente reconocidas, a través de nuevas revisiones detalladas que se realizaron en 2002 y 2003.

Por otra parte, es necesario destacar que un grupo de trabajo del Comité de Nutrición de la Academia Americana de Pediatría también concluyó que el aspartamo es seguro para la madre y para el bebé en formación. Además, los estudios han demostrado que no tiene efectos a corto ni a largo plazo sobre las concentraciones de glucosa sérica, colesterol y triglicéridos, ni tampoco sobre la insulina sérica. Y, al igual que los demás edulcorantes no nutritivos, no se encuentra contraindicado para las personas diabéticas.

### **Excepciones. Ingesta diaria admitida. Rotulado**

No obstante, si bien el aspartamo ha sido aprobado como endulzante seguro para la población en general, la excepción la constituyen las personas que padecen fenilcetonuria (una rara enfermedad hereditaria), las cuales deben restringir el consumo de fenilalanina proveniente de todas las fuentes, incluido el aspartamo. Por ese motivo, los alimentos que contienen este endulzante deben contener en el rótulo la leyenda "*Fenilcetonúricos: contiene fenilalanina*", o una frase similar.

El aspartamo se encuentra incluido en la "Lista General Armonizada de Aditivos Mercosur", incorporada al Código Alimentario Argentino (CAA). Allí se le asignan las clases funcionales "Edulcorante" y "Resaltador de sabor". Se encuentra incorporado al CAA en el Art. 1348 como edulcorante no nutritivo, con una Ingesta Diaria Admitida (IDA) de hasta 40 mg./kg de peso corporal.

Cabe recordar que se define como ingesta diaria admitida (IDA) "*la estimación de la cantidad de un aditivo alimentario, expresada en relación con el peso corporal, que puede ser ingerida diariamente durante toda una vida sin un riesgo apreciable para la salud*".

Por otra parte, en el Art. 1349 del CAA se establece que los alimentos que emplean edulcorantes no nutritivos, como el aspartato, deberán ser considerados dietéticos, y que deberán consignar en el rótulo principal, a continuación de la designación específica y con igual tamaño de letra, la leyenda "Alimento o Bebida dietética", o "Alimento o Bebida para regímenes especiales".

Asimismo, deberá consignarse en el rótulo su concentración, con caracteres de un tamaño no menor a 1,5 mm de altura.

