

Aditivos y coadyuvantes tecnológicos: ¿cuándo evitarlos?

Blanca E. García Figueroa^{a,*}, Francisco C. Ibáñez Moya^b y María José Beriain Apesteguía^c

^aFacultativo especialista. Servicio de Alergología. Complejo Hospitalario de Navarra. Pamplona. Navarra. España.

^bProfesor titular de universidad. Área de Nutrición y Bromatología. ISFOOD - Institute for Innovation & Sustainable Development in Food Chain. Universidad Pública de Navarra. Pamplona. Navarra. España.

^cCatedrática de universidad. Área de Nutrición y Bromatología. ISFOOD - Institute for Innovation & Sustainable Development in Food Chain. Universidad Pública de Navarra. Pamplona. Navarra. España.

*Correo electrónico: blanca.garcia.figueroa@cfnavarra.es

Puntos clave

- Los aditivos son sustancias que se autorizan legalmente con fines tecnológicos y no pueden modificar el valor nutricional del alimento.
- La prevalencia de reacciones adversas a los aditivos alimentarios en población general, aunque es desconocida, actualmente se considera excepcional.
- Los aditivos alimentarios son causa infrecuente de exacerbaciones de asma o urticaria, incluso en pacientes asmáticos o con urticaria crónica.
- Los sulfitos pueden provocar episodios agudos y ocasionalmente graves de broncoconstricción en algunos pacientes asmáticos. Una vez diagnosticados, estos pacientes deben evitar los alimentos ricos en sulfitos.
- Solo en algunas situaciones patológicas, como insuficiencia renal crónica o hiperfenilalaninemia, se deben evitar los alimentos con determinados aditivos.

Palabras clave: Aditivo • Coadyuvante tecnológico • Alergia • Intolerancia • Riesgo.

Los aditivos son sustancias que se añaden intencionadamente a los alimentos con fines tecnológicos y se clasifican en varias clases funcionales (conservantes, estabilizantes, edulcorantes, etc.). Deben ser seguros para que figuren en la lista comunitaria de sustancias autorizadas. Las cantidades de uso de los aditivos se establecen teniendo en cuenta la ingesta diaria admisible. Son de declaración obligatoria en el etiquetado, bien mediante su nombre o bien por el código E. La ley no autoriza la incorporación de aditivos a unos 12 tipos de productos, como los alimentos no elaborados, la miel, los aceites o las leches pasteurizada y UHT sin aromatizar. Esta lista se amplía hasta 32 productos en el caso de los colorantes.

Las sustancias empleadas como saborizantes (mono, di y oligosacáridos usados como edulcorantes), aromatizantes (que confieren o modifican el olor y el aroma) o con fines nutricionales (como las vitaminas, los elementos minerales o los sustitutos de la sal) legalmente no se consideran aditivos.

Tampoco lo son los llamados coadyuvantes tecnológicos, es decir, las sustancias añadidas intencionadamente durante el procesamiento de los alimentos y que quedan de forma residual en estos. Ejemplos de coadyuvantes son las sustancias usadas como enzimas alimentarias, antiespumantes, clarificantes, filtrantes, disolventes, etc. Como los coadyuvantes no se consideran ingredientes de los alimentos, no es obligado que figuren en el etiquetado salvo que deriven de alguno de los siguientes alimentos de alto riesgo alérgico: cereales con gluten, crustáceos, huevos, pescado, cacahuetes, soja, leche, frutos con cáscara, apio, mostaza, sésamo, moluscos y altramuces.

Con cierta frecuencia se ha culpado a los aditivos alimentarios de ocasionar reacciones adversas e incluso reacciones alérgicas, aunque la implicación de estas sustancias en reacciones inmunológicas es realmente excepcional. Esta discrepancia tiene su origen en ciertos estudios con diseño poco adecuado (sin grupo control, abiertos, en situación de inesta-

bilidad clínica o tras retirar la medicación controladora), realizados antes de la década de 1990 y que en su mayoría han sido contradichos en estudios posteriores más rigurosos.

Colorantes

La tabla 1 recopila algunas de las sustancias utilizadas para conferir color a los alimentos y su uso permitido.

Tartrazina/colorantes azo

Los estudios bien diseñados realizados en pacientes asmáticos sensibles al ácido acetilsalicílico no han demostrado reactividad cruzada entre este y la tartrazina ni que la ingestión de tartrazina induzca broncoespasmo en estos pacientes¹. Muy ocasionalmente se han descrito casos de asma inducido por tartrazina, diagnosticados sólidamente mediante pruebas de exposición doble ciego controladas con placebo, y la dieta de evitación de este colorante no siempre modifica el curso clínico del asma².

Por otra parte, en pacientes con urticaria crónica y con sospecha clínica de sensibilidad a la tartrazina, las pruebas de exposición doble ciego controladas con placebo la confirman únicamente en un 5-8% de los casos, de nuevo sin reacción cruzada con el ácido acetilsalicílico^{3,4}. En una abrumadora mayoría de los casos de urticaria por alimentos se demuestra hipersensibilidad a proteínas alimentarias y no a tartrazina.

Los colorantes azo son sensibilizantes percutáneos bien conocidos, capaces de inducir dermatitis alérgica de contacto por hipersensibilidad de tipo IV en relación con productos textiles. Su prevalencia podría situarse en torno a un 5% de pacientes en estudio por sospecha de dermatitis de contacto. En estos pacientes la ingestión de colorantes azo como aditivos alimentarios es inocua.

En conjunto, dada la rareza de la sensibilidad a tartrazina y otros colorantes azo, no se deben hacer recomendaciones de evitación de forma colectiva a pacientes con asma y/o urticaria crónica, sean o no intolerantes al ácido acetilsalicílico, ni a pacientes con dermatitis de contacto alérgica por colorantes azo.

Algunas evidencias sugieren que ocasionalmente algunos niños pueden experimentar trastornos hipercinéticos del comportamiento tras la ingestión de cantidades moderadas-altas de este tipo de colorantes. Pero la idea de que la mayoría de los niños con trastornos del comportamiento son víctimas de reacciones inducidas por colorantes no tiene base científica. No obstante, y en lo que se refiere a la regulación legal de los colorantes, hay que señalar que no se autoriza su adición a los alimentos destinados a lactantes y niños de corta edad. En los demás alimentos, cuando se añadan tartrazina, carmoisina o rojo cochinilla (distinto del rojo carmín), la etiqueta deberá recoger la leyenda “puede tener efectos negativos sobre la actividad y la atención de los niños”.

TABLA 1. Algunos aditivos alimentarios utilizados como colorantes y usos seleccionados

Código	Nombre	Uso autorizado en...
E 100	Curcumina	Queso fundido Grasas para untar Confituras y jaleas Productos a base de patatas Carne elaborada (con y sin tratamiento térmico) Productos de la pesca elaborados
E 101	Riboflavina	Frutas y hortalizas desecadas Carne elaborada sin tratamiento térmico Productos de la pesca elaborados
E 102	Tartrazina	Queso fundido Productos de la pesca elaborados
E 120	Cochinilla, ácido	Queso fundido
E 124	carmínico, carmines Rojo cochinilla	Frutas y hortalizas desecadas Frutas y hortalizas en conserva (escabeche, salmuera, etc.) Confituras y jaleas Carne elaborada (con y sin tratamiento térmico) Productos de la pesca elaborados
E 122	Azorrubina, carmoisina	Queso fundido Frutas y hortalizas desecadas Productos de la pesca elaborados
E 127	Eritrosina	Frutas y hortalizas en conserva
E 140	Clorofilas y clorofilinas	Frutas y hortalizas desecadas Productos de la pesca elaborados
E 150	Caramelo (natural, de sulfito, cáustico, amónico)	Carne elaborada (con y sin tratamiento térmico) Cereales de desayuno Panes Preparados de carne
E 160a	Carotenos	Queso fundido Mantequilla Grasas para untar Frutas y hortalizas desecadas Carne elaborada con tratamiento térmico Productos de la pesca elaborados
E 160b	Annato, bixina, norbixina	Queso fundido Grasas para untar Productos lácteos fermentados Helados
E 160c	Capsorrubina, capsantina, extracto de pimentón	Queso fundido Frutas y hortalizas desecadas Frutas y hortalizas en conserva (escabeche, salmuera, etc.)
E 160d	Licopeno	Queso fundido Helados Productos lácteos fermentados
E 161b	Luteína	Queso fundido Productos de la pesca elaborados
E 162	Rojo de remolacha, betanina	Frutas y hortalizas desecadas Carne elaborada con tratamiento térmico Productos de la pesca elaborados
E 163	Antocianinas	Frutas y hortalizas desecadas Productos de la pesca elaborados

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/8758330>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/8758330>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)