

# Edulcorantes

## PROPIEDADES Y CARACTERÍSTICAS



El término edulcorante, hace referencia a aquel aditivo alimentario que es capaz de mimetizar el efecto dulce del azúcar y que, habitualmente, aporta menos energía

Sorbitol	Eritritol	Tagatosa	Aspartamo	Acesulfamo K	Glucósidos de esteviol	Sacarina

Origen



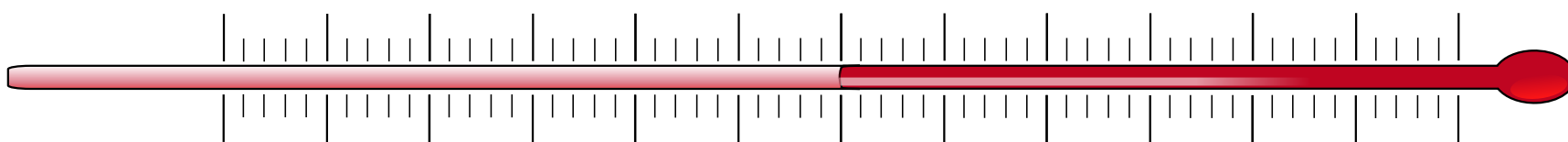
Aporte energético



Estable a cocinado



Poder edulcorante



Menos Poder

Más Poder



Artificial



Natural



Sí



Estable



No Estable

# ¿Pueden afectar a nuestra salud?

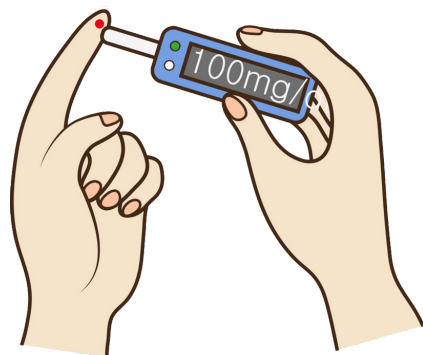


Debido a los efectos perjudiciales asociados al consumo excesivo de azúcares simples, la sociedad desde hace décadas, los ha sustituido por edulcorantes.

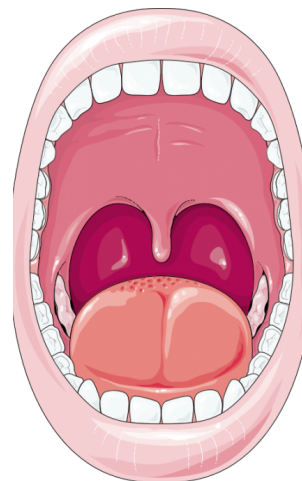
Partiendo de la base de que estos aditivos son sustancias seguras, este estudio pretende revisar la literatura científica más actualizada para comprobar en qué medida pueden alterar los siguientes aspectos:



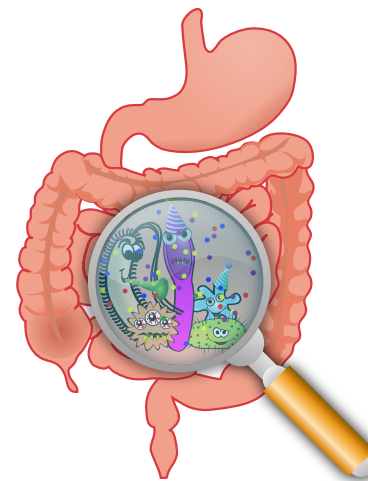
Obesidad



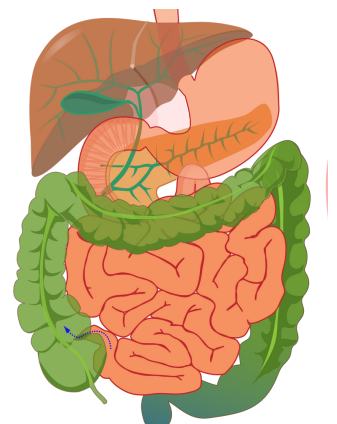
Diabetes



Apetito y  
saciedad



Microbiota  
intestinal



Aparato  
digestivo

# Posibles efectos (según evidencia)



	Sorbitol	Eritritol	Tagatosa	Aspartamo	Acesulfamo K	Glucósidos de esteviol	Sacarina
--	----------	-----------	----------	-----------	--------------	------------------------	----------

Obesidad	?	?	+	-	?	+	?
Diabetes	?	+	+	+	-	+	-
Apetito	?	?	?	+	-	-	-
Microbiota intestinal	?	?	?	?	?	?	-
Aparato digestivo	-	?	?	-	?	?	?



EFFECTOS NEGATIVOS

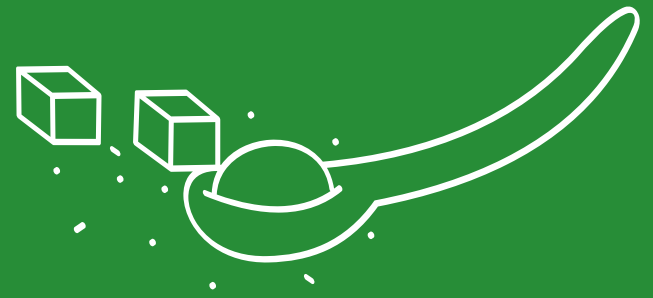


EFFECTOS POSITIVOS



NO EXISTE EVIDENCIAS o NO EXISTEN EFECTOS

# Conclusiones Finales



La evidencia científica respecto a estos edulcorantes, y su influencia en los distintos aspectos estudiados, es limitada.

Por tanto, sigue siendo necesario una mayor investigación de cada tipo de edulcorante, con una metodología más homogénea, para aclarar los posibles efectos en la salud humana.

