

Serie Científica Latinoamericana

Simposio de Edulcorantes no Calóricos

Lilia Yadyra Cortés S., ND., MSc., cPh.D

Directora

Carrera Nutrición y Dietética

Pontificia Universidad Javeriana



SERIE CIENTÍFICA
LATINOAMERICANA
SIMPOSIO DE
EDULCORANTES
NO CALÓRICOS

SERIE CIENTIFICA LATINOAMERICANA

- Abrir **espacios de discusión** sobre los desafíos de salud pública que enfrenta la región para alcanzar consensos y contribuir, desde la ciencia, a **fomentar estilos de vida saludables**
- Los simposios contarán con **especialistas internacionales** que compartirán con los invitados mediante conferencias y mesas debate, así como por actividades de difusión permanente a través de la plataforma digital
- **Aval de reconocidas instituciones** que se involucran desde la organización hasta el desarrollo de la serie. Así mismo, contarán con el apoyo del Instituto de Bebidas para la Salud y el Bienestar (IBSB) de la Compañía coca Cola.

SIMPOSIO EDULCORANTES NO CALORICOS

- Primer evento de la Serie Científica Latinoamericana.
- Reunión de líderes de opinión en salud, académicos de América Latina y expertos internacionales en el tema para discutir a profundidad sobre la ciencia y aplicaciones de los edulcorantes no calóricos.
- Promover información científica sustentada que contribuya a brindar herramientas a la población de la región que le permitan realizar elecciones informadas.

EDULCORANTE

Un **sustituto del azúcar** o **edulcorante** es un aditivo para los alimentos que duplica el efecto del azúcar, pero que usualmente tiene menos energía.

```
graph TD; A[ ] --> B[Calóricos  
4 Kcals/g]; A --> C[No calóricos  
< 2 Kcals/g]; C -.-> D[Edulcorantes de alta intensidad];
```

Calóricos
4 Kcals/g

No calóricos
< 2 Kcals/g

**Edulcorantes de
alta intensidad**

EDULCORANTES CALORICOS

- Azúcar:
Glucosa
Sacarosa
Fructosa
Lactosa
Maltosa

- Miel
- Jarabe de maíz
- Jarabe alto el fructosa
- Azúcar morena



En términos generales aportan 4 Kcals/g o 16 Kcals/cdta

EDULCORANTES NO-CALORICOS



Azucares de alcohol or polioles

- Sorbitol
- Manitol
- Maltitol
- Eritritol
- Xilitol
- Lactitol

Utilizado en productos
“sugar-free,” “low-carb,”
chicles, dulces, postres,
helados, medicamentos

Absorción lenta

EDULCORANTES NO-CALORICOS

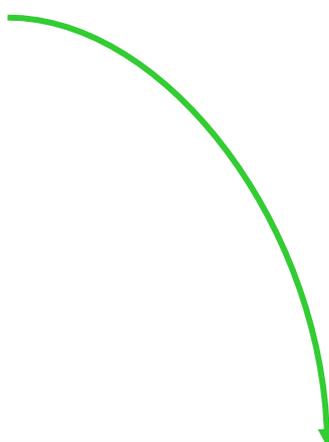
Nonnutritive Sweeteners							
Type	Brand Names	Kcals /Gram	Description	Regulatory Status	ADI*	Estimated ADI Equivalent**	Suitability for Cooking/Baking
Acesulfame-K	Sunett Sweet One	0	200 time sweeter than sucrose; produces no glycemic response	Approved as general all-purpose sweetener	15 mg/kg	30-32 cans diet lemon-lime soda	Yes
Aspartame	NutraSweet Equal	4 ⁺	160-220 times sweeter than sucrose; produces limited glycemic response	Approved as general all-purpose sweetener	50 mg/kg	18-19 cans diet cola	No
Saccharin	Sweet 'N Low Sugar Twin Sweet Twin	0	300 times sweeter than sucrose	Approved as a sweetener for beverages and as a tabletop sweetener with specific maximum amounts allowed	5 mg/kg	9-12 packets of sweetener	Yes
Sucralose	Splenda, Nevella	0	600 times sweeter than sucrose	Approved as a general all-purpose sweetener	5 mg/kg	6 cans diet soda	Yes
Stevia	PureVia Truvia SweetLeaf Stevia in the Raw Sun Crystals sugar	0	250-300 times sweeter than sucrose	Approved as a general purpose sweetener (GRAS status)	4 mg/kg, expressed as steviol	N/A	Yes (check instructions for each individual brand)

* FDA-established acceptable daily intake (ADI) limit/kg body weight

** Based on person weighing 150 lbs (68 kg)

+ Aspartame provides small amount of calories but amount is negligible based on intense sweetness

La evidencia científica ha demostrado que ni la ingesta por *si sola* de edulcorantes calóricos produce obesidad, ni el consumo de edulcorantes calóricos o no calóricos produce cambios de comportamiento.



“It is the position of the ADA that **consumers can safely enjoy a range of nutritive and nonnutritive sweeteners** when consumed in a diet that is guided by current federal nutrition recommendations, such as the Dietary Guidelines for Americans and the Dietary References Intakes, as well as individual health goals”

“Health professionals should provide consumers with **science-based information** about sweeteners and support research on the use of sweeteners to **promote eating enjoyment, optimal nutrition and health**”

American Dietetic Association, 2004

COMITÉ CIENTÍFICO - ORGANIZADOR



Dr. Fernando Lavalle González



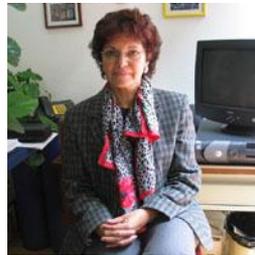
Consuelo Pardo., ND.



Cecilia García Schinkel., ND



Dr. Hugo Laviada



Dr. Ruth Pedroza Islas



Ing. Jorge Arturo Jara



Roxana Valdés Ramos, ND., PhD.



Yadyra Cortes S., ND., MSc, cPhD



SERIE CIENTÍFICA
LATINOAMERICANA
SIMPOSIO DE
EDULCORANTES
NO CALÓRICOS

