



Título: Consumo de edulcorantes: perspectiva sobre gestantes e lactentes

Aluna: Isabella Rodrigues Cosiello

Orientadora: Nathália Ramos de Melo da Conceição

RESUMO

Desde que mudança dos hábitos alimentares da população apresenta uma tendência à inversão quantitativa de alimentos “in natura” e processados, com ênfase no aumento da ingestão de açúcares, doenças como a obesidade e a diabetes tipo 2 vêm tomando uma porção cada vez maior de brasileiros. Com o intuito de reduzir a ingestão calórica e evitar a hiperglicemia, há a constante indicação médica em substituir o consumo do açúcar por adoçantes naturais ou sintéticos. Entretanto, se consumidos em doses acima da ingestão diária aceitável, os edulcorantes, componentes dos adoçantes, podem causar diversas reações ao indivíduo, principalmente pelo consumo de gestantes e lactantes. Este trabalho realizou uma revisão bibliográfica de edulcorantes em livre comércio no Brasil, Sacarina Sódica, Ciclamato de Sódio, Aspartame, Sucralose, Acessulfame-K e Stévia, no que tange os efeitos sofridos pelo feto, gestante e nascidos. Os efeitos potenciais causados pelo consumo de edulcorantes em doses superiores às recomendadas, podem ser evitados se consumidos os adoçantes à base de Acessulfame-K e Stévia, durante a gestação e Aspartame durante a lactação. Os demais edulcorantes analisados apresentam efeitos deletérios ao feto e/ou ao nascido ou não possuem dados conclusivos para que sejam recomendáveis.

Palavras-chave: aditivo alimentar, diabetes tipo 2, feto, gestação, intoxicação, obesidade