

## LOS ADITIVOS EN LOS ALIMENTOS

Un breve paseo por las estanterías de los supermercados nos sirve para comprobar que, la mayoría de alimentos procesados, hacen uso de aditivos alimentarios. Los aditivos alimentarios constituyen una herramienta básica e indispensable en la manufactura de alimentos. Sin embargo, a pesar de su continua utilización por la industria alimentaria, son muchos los consumidores que aún desconocen la verdadera justificación de su uso, así como sus ventajas en los alimentos. Dudas sobre su seguridad, inocuidad, su origen, sus funciones o sobre el proceso de autorización, están presentes en la mente de los consumidores, quienes con más frecuencia muestran mayor interés y demandan más información para elegir con criterio.

Los alimentos constituyen una necesidad básica para el hombre y esto se ha mantenido desde el principio de los tiempos hasta nuestros días.

Una de las mayores preocupaciones del hombre en los últimos tiempos ha sido la conservación de los alimentos. La disponibilidad de los alimentos, que dependía de la producción local, hacía que el consumo de los mismos fuera mayoritariamente estacional.

Desarrollar técnicas de conservación que no alteraran significativamente el valor nutritivo y las características organolépticas (sabor, color, olor, textura) de los alimentos era necesario para enfrentar períodos de escasez o seguir disponiendo de algunos alimentos fuera de la época estacional. Se desconoce cuándo se comenzó a almacenar y conservar alimentos, pero se estima que surgió durante el neolítico, con el desarrollo de la agricultura y el paso a la vida sedentaria. A partir de ésta época, el aumento de la población obligó a utilizar la ganadería y la agricultura como sostén de las sociedades, haciendo necesario el almacenamiento de alimentos.

El secado, ahumado, curado y salado han sido procesos de conservación muy comunes desde tiempos muy remotos y que actualmente se siguen utilizando.

Gracias al desarrollo de la ciencia y la tecnología de la alimentación, sobre todo en las últimas décadas, se han descubierto nuevas sustancias que pueden cumplir funciones beneficiosas en los alimentos, y estas sustancias, denominadas ADITIVOS ALIMENTARIOS, están hoy al servicio de todos.

Actualmente vivimos en una época en la que la industria alimentaria ha adquirido una creciente importancia, a medida que nuestra alimentación se ha desplazado hacia el consumo de productos *“ready to eat”*. Además, se plantea la necesidad de abastecer adecuadamente a una población en aumento, con un alto grado de consumismo, lo que da lugar a la elaboración de alimentos que se conserven durante más tiempo, manteniendo unas características organolépticas, higiénicas y sanitarias adecuadas. Para satisfacer estas exigencias, el papel que representa el uso de aditivos alimentarios en la industria moderna es de gran peso, llegando a tal extremo que sería prácticamente imposible obtener una producción óptima, con las garantías de seguridad higiénica y los estándares de calidad que actualmente se requieren para ser competitivos en el mercado, sin la presencia de aditivos.

En la actualidad, para muchos consumidores, existe una gran confusión en relación con los aditivos alimentarios, y esto puede ser causado, en parte, por el vacío informativo al que están sometidos, o por la aparición de una información ambigua y/o errónea, favoreciéndose así un clima de incertidumbre y preocupación, y generándose mitos y miedos sin fundamento alguno (González Patón, 1999).

Esto puede dar lugar a la aparición de cierta confusión si la información está de alguna forma manipulada o erróneamente interpretada, por ejemplo pretender diferenciar a los alimentos en buenos (aquellos que se consideran naturales) y malos, los que se denominan erróneamente artificiales (alimentos procesados que contienen aditivos). Resulta razonable imaginar que con esta forma de pensar aparezca la preocupación ante posibles riesgos por el uso de aditivos alimentarios, tanto por parte del consumidor individual, como de las asociaciones de consumidores, e incluso para algunos profesionales que directa o indirectamente se relacionan con el ramo de la alimentación y cuyo conocimiento es escaso (Louisot, 1998).

Los medios de comunicación se hacen eco del gran interés que suscitan temas como la salud, los riesgos asociados a la alimentación, la calidad de los alimentos, los aditivos etc. y esto se traduce en que los consumidores sean más críticos a la hora de adquirir productos alimentarios (anónimo, 1997). En numerosas ocasiones se puede observar cómo el etiquetado de dichos productos es objeto de constante consulta por parte de los consumidores, y esto puede ayudar a prevenir riesgos en relación con alergias e intolerancias (Luna Martínez et al, 1999).

Por otra parte, mostrar en el etiquetado la composición de los productos alimenticios, representa una acción de obligado cumplimiento para la industria alimentaria, y un derecho fundamental para el consumidor que debe conocer de antemano qué es lo que va a adquirir. Se ha comprobado, a través de diferentes estudios, cómo puede modificarse la conducta o la predisposición de las personas hacia la compra de un alimento u otro, dependiendo de su composición (Bellisle et al, 1997). También influye la apariencia y las sensaciones que sugieren tales alimentos en las personas.

Todos estos factores los tiene en consideración la industria alimentaria, y por lo tanto se inclina a ofertar productos que sean del agrado y aceptación del público en general, aunque esto implique la utilización casi obligada de los aditivos alimentarios para conseguirlo, lo que nos lleva a pensar que en numerosas ocasiones se fuerza de una forma indirecta al uso de aditivos alimentarios como colorantes en yogures, bebidas, etc. (Pszczola, 1997).

Muchas de las reservas que las asociaciones de consumidores y el consumidor individual manifiestan acerca del controvertido tema del uso de aditivos alimentarios, serían felizmente resueltas si la información a la que accediesen fuese completamente veraz y comprensible para todos los consumidores, planteándose realmente adoptar posturas objetivas y de compromiso, empezando por aclarar: ¿qué son los aditivos alimentarios?, ¿por qué se utilizan?, ¿qué tipo de riesgos se les atribuyen?, ¿qué o quién los regula? Para responder a estas preguntas se especifican algunos conceptos a continuación.

**El ACUERDO POR EL QUE SE DETERMINAN LOS ADITIVOS Y COADYUVANTES EN ALIMENTOS, BEBIDAS Y SUPLEMENTOS ALIMENTICIOS, SU USO Y DISPOSICIONES SANITARIAS** de México, considera como Aditivo alimentario (Aditivo) a *cualquier sustancia que en cuanto tal no se consume normalmente como alimento, ni tampoco se usa como ingrediente básico en alimentos, tenga o no valor nutritivo, y cuya adición al producto con fines tecnológicos en sus fases de producción, elaboración, preparación, tratamiento, envasado, empaquetado, transporte o almacenamiento, resulte o pueda verse razonablemente que resulte (directa o indirectamente) por sí o sus subproductos, en un componente del producto o un elemento que afecte a sus características (incluidos los organolépticos). Esta definición no incluye "contaminantes" o sustancias añadidas al producto para mantener o mejorar las cualidades nutricionales;*

Es decir, un ADITIVO ALIMENTARIO es "cualquier sustancia que, normalmente, no se consumiría como alimento en sí, ni se usa como ingrediente característico en la alimentación, independientemente de que tenga o no valor nutritivo. Su adición intencionada a los alimentos, tiene un propósito tecnológico ya sea en la fase de fabricación, transformación, preparación, tratamiento, envase, transporte o almacenamiento, con el fin de facilitar su conservación, mejorar su apariencia, su sabor, color, etc. por estas razones se justifica su utilización.

Este acuerdo es la herramienta normativa que especifica las sustancias permitidas como aditivos y coadyuvantes en los productos alimenticios, así como sus funciones, excepciones y restricciones de cada uno de ellos y los niveles máximo permitidos de uso para obtener la función deseada.

En Estados Unidos, dentro de los aditivos alimentarios, nos encontramos con un grupo especial a los que se denomina sustancias gras, que son aditivos alimentarios de los que se ha comprobado su salubridad y seguridad por medio de la experiencia de su uso, o a través de valoraciones científicas en detalle sobre su inocuidad (Concon, 1998; Newberne et al, 1998), por esta razón no requieren un consentimiento antes de comercializarse: goma guar, goma arábica, sacarosa, regaliz, etc.

La inocuidad de los aditivos se mide a través de ensayos clínicos en animales. Con la dosis más elevada que no haya producido efectos adversos se fija el factor de inocuidad y se establece la Ingesta Diaria Admisible (IDA).

La IDA se define como la cantidad media de la sustancia (aditivo) que puede ingerirse diariamente a través de la dieta, aun durante toda la vida sin riesgos detectables, tomando en consideración todos los factores conocidos científicamente hasta el momento de la evaluación. La IDA se expresa en miligramos (mg) de sustancia ingerida por kilo (Kg) de peso corporal y por día, de acuerdo al tamaño del organismo será la tolerancia a la sustancia, así como la capacidad para destruirla o expulsarla.

Si bien antes que una sustancia se utilice como aditivo es necesario que se realice todas las pruebas que aseguren su inocuidad y debe agotar todo el proceso de evaluación y autorización ante las autoridades.

La autorización de un aditivo alimentario se establece bajo unas condiciones de uso determinadas y con unas especificaciones concretas y precisas, y para velar por el cumplimiento de las garantías que conciernen a la seguridad de los aditivos alimentarios, y a su continuo control y revisión, existen distintos organismos. Así, en Estados Unidos varias agencias del Gobierno federal se encargan de asegurar la obtención de productos alimentarios sanos, nutritivos y seguros (Fennema, 1993).

Entre los distintos organismos internacionales (Roberts, 1986), se encuentran los siguientes:

- *FDA (Food and Drug Administration)*. Es el principal órgano regulador que establece las reglas legales que especifican los niveles de tolerancia de aditivos alimentarios, residuos de medicamentos en alimentos de origen animal y contaminantes.
- *USDA (United States Department of Agriculture)*. Junto con la FDA asegura que los fabricantes y elaboradores de alimentos cumplan la normativa a través de diversos programas de control e inspección.
- *JECFA (Comité de Expertos en Aditivos Alimentarios de FAO/OMS)*. Es un organismo internacional que dicta los principios generales para el desarrollo de la legislación sobre aditivos alimentarios.
- *En el caso de México la Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios (COFEPRIS), dependiente de la Secretaría de Salud es la encargada de vigilar el uso de aditivos.*

–

Todo esto reafirma la idea de que los aditivos alimentarios y todo lo que ellos representan en cuanto al beneficio de su uso están perfectamente regulados y continuamente vigilados, para garantizar que los alimentos que diariamente consumimos resulten seguros para nuestra salud.

Los aditivos alimentarios forman parte de nuestra alimentación desde que el hombre necesita conservar alimentos para enfrentar períodos de escasez, por lo que no podemos prescindir de ellos completamente. Sin embargo SI podemos escoger alimentos en cuya lista de ingredientes se enumere claramente los aditivos, esto opera en contra de los alimentos procesados.

Este artículo fue extraído de la Revista *Ámbito Farmacéutico Nutrición y Aditivos Alimentarios: Los números E de las etiquetas*, de la Revista *Confederación de Consumidores y Usuarios – CECU-Departamento de Alimentación e Higiene Alimentaria*.

Colaboración ONNPROLAC