

Aspartamul, utilizat în sucurile dietetice sau guma de mestecat, va fi catalogat în iulie ca fiind „posibil cancerigen pentru oameni” pentru prima dată de către Agenția Internațională pentru Cercetarea Cancerului (IARC), divizia de cercetare a cancerului a Organizației Mondiale a Sănătății (OMS). Declarațiile ministrului Sănătății, Alexandru Rafila.

Această recomandare pentru persoanele fizice vine de la un comitet separat de experți al OMS privind aditivii alimentari, cunoscut sub numele de JECFA (Comitetul de experți pentru aditivi alimentari al OMS și al Organizației pentru Alimentație și Agricultură), alături de determinările autorităților naționale de reglementare.

Din 1981, JECFA a declarat că aspartamul este sigur pentru consum în limitele zilnice acceptate. De exemplu, un adult care cântărește 60 kg ar trebui să bea între 12 și 36 de cutii de suc dietetic – în funcție de cantitatea de aspartam din băutură – în fiecare zi pentru a fi expus pericolului. Opinia sa a fost împărtășită pe scară largă de autoritățile naționale de reglementare, inclusiv în Statele Unite și Europa.

Luna trecută, **OMS a publicat recomandări care îndeamnă consumatorii să nu folosească îndulcitori fără zahăr pentru controlul greutății.**

Medicul Alexandru Rafila a explicat, sâmbătă, pentru un post TV, că un consum moderat de produse care conțin Aspartam nu este nociv, el arătând că „nimeni nu autorizează un produs care este cancerigen în cantități mici”. Rafila a subliniat că nu recomandă nimănui consumul de băuturi cu conținut ridicat de zahăr sau îndulcitori, pentru că acestea au și alți aditivi, relatează News.ro.

„În general sunt foarte multe substanțe care sunt utilizate și în industria alimentară e un îndulcitor care e foarte larg utilizat, le găsiți inclusiv ca microcomprimate pe care le puteți utiliza dumneavoastră, acasă, ca să îndulciți o cafea sau un ceai. Dar aceste produse sunt periculoase dacă sunt consumate în cantități extrem de mari. La un consum obișnuit de astfel de... bei jumătate de litru pe zi, sau maxim un litru, nu sunt probleme”, a afirmat Alexandru Rafila sâmbătă.

Acesta a precizat că oamenii care consumă mult ceai sau multă cafea în care pun multe comprimate cu Aspartam **pot avea probleme digestive precum scaun diareic ori greață.**

„Orice exces duce la o astfel de situație, dar vă dați seama că nimeni nu autorizează un produs care este cancerigen în cantități mici. Așa și fumatul. Este cancerigen. Multă lume fumează. E o problemă legată de exces care se poate referi la alcool, la Aspartam. Cantitatea contează și trebuie să limităm. Oricum **eu nu recomand în niciun fel consumul de astfel de băuturi care au conținut ridicat de zahăr, sau chiar de îndulcitori,** nu cred că este o idee bună pentru că mai au și foarte multe alte substanțe, aditivi... partea naturală a

IARC: Îndulcitorul Aspartam, posibil cancerigen pentru oameni!

Written by Administrator

Friday, 07 July 2023 11:16 - Last Updated Friday, 07 July 2023 11:23

produsului este destul de limitată”, a adăugat medicul.

[Sursa: Puterea](#)