

Sobre as análises da OMS sobre o aspartame Revisão

A Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição (SBAN), cuja missão é estimular e divulgar conhecimentos no campo da alimentação e nutrição, estabelecer declaração de posicionamento e informar a população sobre assuntos relacionados à essas áreas; vem a público informar que a Organização Mundial da Saúde (OMS) publicou, em 13 de julho de 2023, os resultados das avaliações sobre o aspartame, realizadas pela International Agency for Research on Cancer – IARC e pelo Joint FAO/WHO Expert Committee on Food Additives – JECFA. Os dois órgãos conduziram revisões independentes, mas complementares, para avaliar o potencial risco carcinogênico e outros riscos à saúde associados ao consumo da substância. Esta foi a primeira vez que a IARC avaliou o aspartame e a terceira vez que o JECFA realizou essa avaliação. **Depois de revisar a literatura científica disponível, ambas as avaliações observaram limitações nas evidências disponíveis em relação ao câncer e a outros efeitos na saúde.**

A avaliação de perigo realizada pela IARC classificou o aspartame como *possivelmente* carcinogênico para humanos, com base em evidências limitadas de câncer em humanos, e em evidências limitadas de câncer em estudos experimentais com animais (Grupo 2B); de acordo com o as categorias utilizadas pela Agência, a saber:

As categorias se referem ao grau de evidências de que algo possa causar câncer.

Grupo 1 – cancerígeno para humanos (há evidência suficiente para câncer em humanos):

126 agentes, entre eles: cigarro, álcool, radiação solar, poluição, consumo de carne processada (salsicha, bacon, linguiça e outros embutidos), poeira de madeira, trabalhar como pintor, etc..

Grupo 2A – provavelmente cancerígeno para humanos (há evidência limitada em humanos, mas evidência suficiente em animais): 94 agentes, entre eles: carne vermelha, anabolizantes, frituras, atuação profissional como cabelereiro

ou barbeiro, trabalho noturno, ingestão de bebidas muito quentes (acima de 65°C), etc..

Grupo 2B – possivelmente cancerígeno para humanos (há evidência limitada em humanos, e evidência insuficiente em animais):

322 agentes, entre eles: conserva de picles de legumes, extrato de aloe vera, extrato de ginkgo biloba, uso de telefone celular, atividade carpintaria e marcenaria, escapamento de motor a gasolina, campos eletromagnéticos de radiofrequência, etc..

Grupo 3 – não classificável (a evidência é inadequada em humanos ou animais):

500 agentes, entre eles: iluminação fluorescente, produtos para coloração de cabelo, mate (não muito quente), implantes mamários de silicone, chá, etc.

Sobre a avaliação da Agência Internacional de Pesquisa sobre o Câncer IARC, a SBAN destaca que, a classificação do aspartame como possivelmente cancerígeno para humanos (Grupo 2B) não significa que o aspartame esteja realmente ligado ao câncer. **É importante esclarecer que a classificação da IARC indica a força da evidência em relação a um perigo de câncer e não ao risco de câncer em um determinado nível de exposição ou com uma determinada via de exposição.**

A avaliação de risco realizada pelo JECFA concluiu que não há evidências convincentes, a partir de dados experimentais em animais e em humanos, de que o aspartame tenha efeitos adversos após a ingestão. Essa conclusão é sustentada pela informação de que o aspartame não entra na circulação sistêmica como tal, pois é totalmente hidrolisado no trato gastrointestinal de humanos e animais em três metabólitos: fenilalanina, ácido aspártico e metanol. Portanto, o Comitê reafirmou que não há exposição sistêmica ao aspartame após a exposição alimentar. A fenilalanina, o ácido aspártico e o metanol também são liberados dos alimentos comumente consumidos, por hidrólise catalisada enzimaticamente. **O Comitê observou que, em estudos de exposição oral ao aspartame em humanos, em doses até a atual IDA, não houve aumento nas concentrações plasmáticas dos metabólitos do aspartame. Esses dados não indicavam razão suficiente para alterar a ingestão diária aceitável (IDA)**

previamente estabelecida de 0–40 mg/kg de peso corporal. O Comitê, portanto, reafirmou que é seguro para uma pessoa consumir a substância dentro desse limite por dia.

Este resultado corrobora com as consistentes conclusões de mais de 90 agências mundiais de segurança de alimentos que confirmam a segurança do aspartame, entre elas a Autoridade Europeia para a Segurança de Alimentos (EFSA) e a Agência de Alimentos e Medicamentos (FDA) dos EUA.

Diferença entre PERIGO (potencial de causar dano) e RISCO (probabilidade de ocorrer o dano)



PERIGO
Em alimentos pode ser...



Físico
por exemplo,
pedaços de espinhos
em produtos de peixes

Biológico
por exemplo,
bactérias, vírus ou
parasitas nocivos

Químico
por exemplo,
mercúrio em peixe

RISCO
é determinado pela exposição



Sobre a Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA

No Brasil, o uso de edulcorantes deve ser autorizado pela Anvisa, que realiza as avaliações de segurança, inclusive com a definição de limites máximos. Essa avaliação é realizada com base nas diretrizes da Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura (FAO) e da Organização Mundial da Saúde (OMS). As funções tecnológicas, os limites máximos e as condições de uso dos aditivos aprovados no Brasil estão estabelecidas na Instrução Normativa 211/2023 da ANVISA.

A **ANVISA** reconheceu o resultado dessas mais recentes avaliações e manteve os limites máximos e condições de uso desse ingrediente no Brasil. A agência

ainda informou que, até o momento, não há alteração do perfil de segurança para o consumo do aspartame, de modo que a Anvisa seguirá acompanhando atentamente os avanços da ciência a respeito do tema. Além disso, é importante ter em conta que não há novas recomendações aprovadas pela OMS.

Sobre o aspartame

O aspartame é um adoçante artificial (químico) amplamente utilizado em vários alimentos e bebidas desde a década de 1980, incluindo bebidas dietéticas, goma de mascar, cremes vegetais, alimentos para controle de peso, etc..

É um aditivo alimentar com as funções de edulcorante (substância diferente dos açúcares que confere sabor doce ao alimento) e de realçador de sabor (substância que ressalta ou realça o sabor/aroma de um alimento). Esse edulcorante possui poder adoçante 200 vezes maior do que o açúcar e, por essa razão, é necessário um volume muito menor de aspartame para a obtenção do mesmo efeito da sacarose.

Os adoçantes *per se*, não controlam o peso, nem diminuem o açúcar do sangue. A função deles é adoçar e, em alguns casos, realçar o sabor dos alimentos. Por serem, em geral, muito mais doces que o açúcar de mesa, são necessárias quantidades muito pequenas para atingir o mesmo dulçor do açúcar nos alimentos, contribuindo assim, para minimizar as calorias da dieta e, geralmente, sem impactar os níveis de açúcar no sangue.

O aspartame vem sendo objeto de extensa investigação, incluindo estudos experimentais, pesquisas clínicas, estudos epidemiológicos e de exposição e vigilância pós-mercado. Existe um consenso entre diversos comitês internacionais no sentido de considerar o aspartame seguro, quando consumido dentro da ingestão diária aceitável.

Se faz necessário que os profissionais de saúde pública se inteirem acerca do tema, pois o fato de a IARC declarar que o aspartame é possivelmente carcinogênico, e o JECFA, simultaneamente, declarar que não há razão para mudar sua IDA, pode causar confusão para a população.

Os consumidores podem confiar nos adoçantes, aprovados para consumo pela ANVISA, tanto os consumidores portadores de diabetes, que precisam restringir o consumo de açúcar, quanto aqueles que querem reduzir a quantidade de açúcar ingerida, como as calorias totais, e assim, melhorar a aderência a dietas com perfis nutricionais mais adequados.

Referências

<https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/noticias-anvisa/2023/oms-divulga-resultados-da-avaliacao-de-perigo-e-risco-do-aspartame>

Considerações sobre o Uso do Edulcorante Aspartame em Alimentos

https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/alimentos/informes/copy_of_17de2006

<https://www.sweeteners.org/pt/resposta-as-analises-da-organizacao-mundial-de-saude-sobre-o-aspartame/>

https://cdn.who.int/media/docs/default-source/nutrition-and-food-safety/july-13-final-summary-of-findings-aspartame.pdf?sfvrsn=a531e2c1_5&download=true

[https://www.who.int/publications/m/item/summary-of-findings-of-the-evaluation-of-aspartame-at-the-international-agency-for-research-on-cancer-\(iarc\)-monographs-programme-s-134th-meeting--and-the-joint-fao-who-expert-committee-on-food-additives-\(jecfa\)-96th-meeting](https://www.who.int/publications/m/item/summary-of-findings-of-the-evaluation-of-aspartame-at-the-international-agency-for-research-on-cancer-(iarc)-monographs-programme-s-134th-meeting--and-the-joint-fao-who-expert-committee-on-food-additives-(jecfa)-96th-meeting)

<https://www.who.int/news/item/14-07-2023-aspartame-hazard-and-risk-assessment-results-released>

<https://www.fda.gov/food/food-additives-petitions/aspartame-and-other-sweeteners-food#:~:text=The%20FDA%20disagrees%20with%20IARC's,studies%20on%20which%20IARC%20relied.>

https://www.iarc.who.int/wp-content/uploads/2023/06/IARC_MONO_classification_2023_updated.png

<https://www.sciencemediacentre.org/expert-reaction-to-iarc-and-jefca-summary-on-aspartame/>

<https://www.fao.org/fao-who-codexalimentarius/news-and-events/news-details/en/c/1644807/>

<https://caloriecontrol.org/global-health-and-regulatory-agencies-agree-on-safety-of-aspartame/>

<https://geneticliteracyproject.org/2023/07/14/aspartame-spins-the-25-billion-wheel-of-mis-fortune-how-the-environmental-activist-tort-lawyer-money-machine-manipulates-journalists-misleads-policymakers-and-scares-the-public/>

