



IDENTIFICACION DE LOS FACTORES DE RIESGO A LA SALUD ASOCIADOS AL CONSUMO DE GLUTAMATO MONOSODICO COMO ADITIVO ALIMENTICIO EN ALUMNOS DEL CUCIENEGA U DE G.

MARIANA MONTSERRAT CARRASCO MARTINEZ², MARIANA MONTSERRAT CARRASCO MARTINEZ², MARIANA MONTSERRAT CARRASCO MARTINEZ², Andrea Nayeli Delgadillo Lemus², Brandon Alejandro Garcia Perez², Laura Fernanda Gómez Cisneros², Jaime Eduardo Ocegueda Ledezma² y Maria Elena Becerra Mercado²

1 , 2 Centro Universitario de la Ciénega, Universidad de Guadalajara.

El empleo de los aditivos alimentarios siguen siendo el tema que más se desconoce dentro de la alimentación y que preocupa más al consumidor y aunque se relacionan a los tiempos modernos, los aditivos alimentarios llevan siglos utilizándose.¹

Entre los muchos aditivos que existen en los alimentos industriales, uno de los más populares y polémicos es el glutamato monosódico.

El glutamato monosódico es una sustancia que se utiliza en casi todos los restaurantes de comida rápida como condimento alimenticio en alimentos procesados y enlatados, ya que potencializa el sabor de los alimentos, es peligrosa ya que causa un aumento en uno de nuestros neurotransmisores (ácido glutámico) y al aumentar la cantidad de éste excita las células y estas provocan fallas en el organismo².

Aunque dosis no tóxicas no matan la neurona, alteran su funcionamiento, especialmente a nivel del hipotálamo, que regula la función hormonal, funciones de los sistemas simpático y parasimpático, sueño, hambre, latidos cardíacos¹.

En el presente estudio se aplicaron 30 encuestas a estudiantes del Centro Universitario de la Ciénega entre 21 y 24 años de ambos géneros que consuman alimentos procesados como criterio de inclusión y como criterio de exclusión personas que no sean alumnos del Cuciénega y que no cumplan con el rango de edad.

Los resultados obtenidos al finalizar el análisis de las encuestas son los siguientes:

El 37% de la población estudiada consume alimentos procesados 4 veces por semana. 33% 2 a 3 veces por semana. Los alimentos con mayor consumo son los productos enlatados con un 25%, el 23% carnes frías, 22% comida chatarra, 21% refrescos y los de menor consumo, alimentos de granos con 5%, y 2% té verde y carnes frías.

El 47% de los entrevistados revisa el etiquetado ocasionalmente, 37% nunca y el 16% siempre.

En esta investigación el 47% de la población no tiene idea del riesgo en el consumo de glutamato monosódico mientras que el 53% tiene conciencia de ello.

El 33% de la población conoce que es un aditivo alimenticio mientras que el 67% lo desconocen. El estudio refleja que el 57% de las personas conocen el glutamato monosódico y el 43% no saben nada al respecto.

En el presente estudio se concluye que la mayoría de las personas no tienen conocimiento del daño que ocasiona el consumo de este aditivo que se encuentra en la mayoría de los alimentos que se consumen frecuentemente y que se encuentra oculto en el etiquetado con otro nombre debido a que no existe una normativa en los alimentos de consumo humano que lo regule.

Resulta un tanto desalentador el hecho de que exista desinformación entre los consumidores cerca de los aditivos alimentarios, pero sin duda lo es todavía más pensar que, en muchos casos, la poca información que poseen es incompleta o errónea lo que incrementa el riesgo a la salud del consumidor.

1. Badui, S. 2013. "Química de los Alimentos".

2. The National Center for Biotechnology Information[Internet]. Medical Subject Headings (US). Monosodium Glutamate [citado julio 2013]. Disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/mesh/68012970>.