



Determinación del consumo de jugos envasados, dulces y bebidas gaseosas en niños de primaria

Angélica María Pablo Velázquez¹, Mariana Dávila Ramos¹ y Alejandra Sosa Gómez¹

¹ Instituto Politécnico Nacional - CICS UST. pabvelang@gmail.com

Los colorantes azoicos sintéticos representan aproximadamente el 70% de todos los tintes utilizados en la fabricación de alimentos y se agregan comúnmente a los alimentos para mejorar la apariencia y hacerlos más atractivos. Cabe mencionar, que la presencia de colorantes azoicos en los alimentos anteriormente se relacionaba con hiperactividad, reacciones alérgicas e incluso cáncer. Sin embargo, las estimaciones de la exposición actual de los consumidores a los colorantes azoicos, está por debajo de la IDA (ingesta diaria aceptable) propuesta para todos los grupos de edad. El valor de IDA para la tartrazina E 102 es de 7.5 mg/kg de peso corporal, para el amarillo anaranjado E110 es de 2.5 mg/kg de peso corporal y para el rojo allura AC es de 7 mg/kg de peso corporal. Por tanto, la EFSA (European Food Safety Authority) determinó que, a partir de los datos proporcionados por la industria de la alimentación y los países miembros, los niveles del colorante establecidos ahora no suponen un riesgo para el consumidor. Estudios epidemiológicos, sugieren que el consumo excesivo de jugos y frutas cítricas son factores de estilo de vida que pueden ocasionar erosión dental. Se realizó una indagación exploratoria a través de una cédula de encuesta aplicada a 50 niños de una escuela primaria pública de la CDMX acompañados por un adulto y se les hizo entrega de un tríptico con información del contenido de los jugos envasados, dulces ácidos y bebidas gaseosas; en el cual se explicó las repercusiones del consumo de los mismos en su cavidad bucal. La población encuestada tuvo las siguientes características: 60% del género masculino, los niños encuestados tenían entre 10 y 12 años, con una media de edad de 10.8 años, el 90% de los niños cursaba sexto año y el resto quinto año de primaria. Los niños consumieron por día 250 ml de jugo envasado, la elección del jugo a consumir fue por su sabor y fue el sabor naranja (que contiene amarillo anaranjado E110). En relación a los dulces, los niños consumieron dos dulces al día y los dulces ácidos y picosos (que contienen rojo allura AC E129) fueron los que más consumen. Por último, los niños consumieron un vaso (equivalente a 250 mL) una vez al día de bebida gaseosa, el sabor de manzana y de cola (que contienen tartrazina E102). Los colorantes azoicos amarillo anaranjado E110, rojo allura AC E129 y tartrazina E102 fueron los más consumidos por la población encuestada. Se recomienda implementar campañas de prevención para disminuir el consumo de jugos envasados, dulces ácidos y bebidas gaseosas y de esa forma disminuir, en parte, la incidencia de erosión dental; además de fortalecer la campaña de la jarra del buen beber.