

Avaliação dos riscos de adoçantes ingeridos durante a gravidez

Ana Cristina Alves Pires¹ (IC), André Luis Marques¹ (PQ), Cíntia Alves Carvalho¹ (IC); Fanny Ane Araújo Ferreira¹ (IC), Giselle Figueiredo Gonçalves¹ (IC), Karoline Alves de Carvalho¹ (IC), Sandra Cristina Marquez Araújo¹ (PQ) cintiacarvalho_iub@hotmail.com

¹ Instituto Luterano de Ensino Superior – AV. Beira Rio nº 1001 – Bairro Nova Aurora – Itumbiara – GO

Palavras-Chave: adoçantes, gravidez, saúde fetal.

Introdução

O uso de adoçantes artificiais aumentou significativamente nos últimos anos, inclusive por mulheres grávidas. Hoje dispõe-se de poucas informações sobre o uso na gestação e os efeitos para o feto, além da preocupação, em relação ao seu potencial carcinogênico². Quando em período de gestação é importante ter orientação de um obstetra e/ou nutricionista ao utilizar esses tipos de substâncias, pois os mesmos podem causar riscos à gestante e ao feto, devendo ser utilizado apenas por pacientes que precisam controlar o ganho de peso e o Diabetes Mellitus³. Portanto, o aprofundamento e divulgação de informações sobre os possíveis riscos à saúde humana contribuirão para a qualidade de vida das gestantes. Há registros de casos de câncer associado aos adoçantes em animais, mas nos humanos não dispomos de dados seguros a esse respeito. Devido às limitadas informações disponíveis sobre o risco da sacarina para fetos humanos, seu uso deve ser evitado durante a gestação. Portanto, diante desse quadro, faz-se necessário verificar se as substâncias químicas presentes nas formulações dos adoçantes podem vir a gerar danos à saúde da gestante, bem como à do feto e se evidenciados, qual seria o grau de risco. Nesse sentido realizou-se um levantamento bibliográfico sobre as composições químicas e efeitos potenciais dos adoçantes mais consumidos no Brasil. Buscou-se informações e dados por meio de entrevistas a ginecologistas e nutricionistas e por meio de questionários aplicados à gestantes.

Resultados e Discussão

Diante dos dados coletados, verificou-se que existem poucos estudos e fontes de referências sobre o uso de adoçantes por gestantes, embora os dados mostrem que os riscos são considerados inexistentes. Com as entrevistas, constatou-se que os profissionais divergem quanto à indicação da quantidade limiar, visto que os mesmos possuem conhecimento teórico restrito, devido à reduzida quantidade de informações sobre o assunto. Com a aplicação do questionários a 50 gestantes, observou-se que preferem fazer uso de produtos naturais, como o mel. Através da avaliação dos questionários notou-se que metade das gestantes usam adoçantes para evitar ganho de peso, confirmando os estudos verificados através das referências bibliográficas, além do que elas não

acreditam em riscos carcinogênicos presentes nesses produtos. O uso de adoçantes por gestantes com finalidade de evitar o ganho de peso de nada adiantará se tiverem uma dieta desequilibrada, pois peso deve ser monitorado cuidadosamente através da adoção de uma vida saudável, com dieta equilibrada e praticando atividade física. Se mesmo assim ela não conseguir atingir um peso ideal, ela poderá fazer o uso de adoçantes artificiais não calóricos com orientação e supervisão de um profissional¹.

Conclusões

É certo que todo adoçante, seja ele de mesa ou dietético, tem um limite de ingestão diária, recomendado pela Organização Mundial de Saúde, que deve ser respeitado, visando preservar a saúde do consumidor. Já na gestação, o uso deve ser reservado para pacientes diabéticas ou que precisam controlar o peso. Indivíduos que têm dúvidas em relação a reações adversas que podem estar sendo causadas pelo aspartame ou outras substâncias devem contatar um médico de confiança e dar preferência a estévia, por ser mais natural. A imprensa é bastante criticada por noticiar efeitos cancerígenos de determinadas substâncias sem se embasar em nenhuma evidência científica. No Brasil tanto a sacarina quanto o ciclamato são permitidos. Logo, faz-se necessário, obter informações de fontes seguras como da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) e do FDA's Adverse Reaction Monitoring System (Sistema de Monitoração de Reações Adversas da FDA), que aprova esses produtos e ainda investiga reclamações de consumidores em relação aos adoçantes.

¹ OLIVEIRA, Edna Regina Netto de. **Edulcorantes Artificiais**. Unimed Maringá. Disponível em: <<http://www.unimedmaringa.com.br/noticia.php?id=15>>. Acesso em: 26 mai 2008 às 16:20:28.

² TORLONI, M. R. et al. O uso de adoçantes na gravidez: uma análise dos produtos disponíveis no Brasil. **Rev. Bras. Ginecol. Obstet.** [online]. 2007, vol.29, n.5, pp. 267-275. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0100-72032007000500008&script=sci_abstract&tlng=pt>. Acesso em: 22 mai. 2008.

³ SALLES, R. K. de. et al. Uso de adoçantes durante a gravidez e o ganho de peso gestacional. **J. bras. ginecol.** jul. 1998. pp. 247-254. Disponível em: <http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&src=google&base=LILACS&lang=p&nextAction=lnk&e_xprSearch=238769&indexSearch=ID>. Acesso em: 26 mai. 2008.