

La mitad de los españoles desconoce aún los perjuicios de los edulcorantes

Casi el 90% de los consumidores presta atención a las etiquetas y es consciente de que los productos "0% azúcar" a veces contienen edulcorantes, según un análisis llevado a cabo Natruly, pero no sabe bien qué efectos negativos tienen en su salud. Pese a que el 70% de los encuestados sabe que existen edulcorantes naturales la mayoría no conoce bien estos elementos ni está concienciado de las grandes ventajas de evitarlos por completo en su dieta

Los españoles son cada vez más conscientes de la importancia de la alimentación para la salud y en particular del consumo de azúcar. Así se desprende del análisis llevado a cabo por Natruly, la marca que quiere cambiar el mundo cambiando lo que se come, que refleja que un 87,3% de los consumidores mira las etiquetas nutricionales de los productos y un 74,5% comprueba la cantidad de azúcares que contiene. Es la información a la que mayor relevancia se da, por encima de grasas saturadas (63%), calorías (60%) o aditivos artificiales (60%). Sin embargo, solo un 41% presta atención a la cantidad de edulcorantes.

"Hoy en día, está muy extendido el mensaje de que el azúcar es perjudicial para la salud, sin embargo, existe una enorme confusión en cuanto a los edulcorantes, su origen y sus efectos nocivos para el organismo. Existen muchas falsas creencias y, por desgracia, aún hay pocas marcas honestas que se preocupen de verdad de explicar a sus consumidores de qué y cómo están hechos sus productos", asegura Niklas Gustafson, cofundador y chairman de Natruly.

Los consumidores son mayoritariamente conscientes (91%) de que cuando un producto está etiquetado como "0% azúcares" a veces contiene edulcorantes. De lo que sin embargo no se está tan bien informados es de qué diferencias hay entre uno y otros. Un 60% aún piensa que la única diferencia que hay es que el primero engorda y los segundos no y un 57% cree que los edulcorantes no endulzan tanto como el azúcar.

Sobre los efectos adversos que pueden producir, no cabe duda de que se ha alcanzado mayor conciencia sobre los efectos nocivos del consumo de azúcar. Un 60% de los encuestados estaba totalmente o bastante de acuerdo en que "el consumo de azúcar provoca daños en el organismo a largo plazo", mientras que sólo un 35% comparte en ese mismo grado esta afirmación con respecto a los edulcorantes. Aún existen muchas dudas sobre estos últimos y es un desconocimiento que puede resultar perjudicial para los consumidores.

De los 19 edulcorantes artificiales aprobados en la UE que comúnmente se consumen en productos procesados la mayoría de los españoles solo reconoce la sacarina (90%) y, en menor medida, el esteviol (59%) y el aspartamo (51%). En este punto, destaca especialmente que solo un 24% de los encuestados haya oído hablar del maltitol, pese a estar presente en gran cantidad de productos procesados de gran consumo.

Es preocupante la falta de conciencia que existe aún sobre los edulcorantes. Uno de cada dos consumidores sigue pensando que la única diferencia con el azúcar es que sirven para adelgazar o que no tienen tanta capacidad para endulzar, pero saben muy poco sobre lo nocivos que pueden ser para la salud, destaca Gustafson.

Alternativas saludables y dulces

Afortunadamente, cada vez son más las marcas que trabajan para ofrecer alternativas saludables que no contengan azúcares ni edulcorantes de ningún tipo. Es el caso de Natruly, que elabora todos sus productos con ingredientes 100% naturales y acaba de presentar una receta original que combina el cacao con fibra de achicoria, evitando tanto el azúcar como los edulcorantes.

La achicoria tiene muchos beneficios para el organismo. Ayuda a la relajación y el sueño, favorece la digestión y renovación de la flora intestinal, disminuye el azúcar en sangre, aumenta la saciedad y ayuda a la pérdida de peso.

En los próximos meses, la compañía prevé incorporar más de 30 nuevas referencias, que incluyen una línea de cacahuets recubiertos de chocolate y otras especialidades saludables para saciar el apetito entre horas. Los productos de la marca se comercializan tanto a través de su propia página web, como en plataformas de ecommerce (Amazon), centros comerciales Carrefour y establecimientos especializados.

Datos de contacto:

Natruly

No Disponible

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nacional](#) [Nutrición](#) [Mujer](#) [Hombre](#) [Gran consumo y distribución](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>