

COMUNICATO STAMPA

Additivi alimentari: emulsionanti aumentano il rischio di sviluppare diabete di tipo 2
Sette emulsionanti quelli 'incriminati'
all'interno di centinaia di prodotti ultra-processati

For immediate release

Roma, maggio 2024 - Sono una famiglia di additivi alimentari ampiamente utilizzata nell'industria perché permettono di migliorare la consistenza, il colore e il gusto dei cibi processati. Gli emulsionanti servono a miscelare liquidi come acqua e olii agendo sui loro legami polari e sono onnipresenti nei cibi ultra-processati: si trovano nel cioccolato, nei prodotti da forno, biscotti, gelati, maionese, salse, olii ecc.

Dopo essere stati messi sotto accusa **per il loro potenziale rischio di contribuire ad obesità, cancro e malattie cardiovascolari**, una nuova analisi dello studio prospettico di coorte NutriNet Santé li pone 'alla sbarra' come fattori in grado di aumentare il rischio di diabete di tipo 2.

Nonostante le autorità sanitarie li considerino sicuri e ne consentano l'uso in quantità definite sulla base di criteri di citotossicità e genotossicità, stanno emergendo evidenze **dei loro effetti negativi sul microbiota intestinale, innescando a cascata infiammazione e alterazioni metaboliche.**

Lo studio, pubblicato su *The Lancet Diabete & Endocrinology* ha analizzato i dati di oltre 104 mila adulti arruolati dal 2009 al 2023 a cui è stato chiesto di compilare registri dietetici di 24 ore ogni 6 mesi. Scopo era valutare l'esposizione agli emulsionanti.

Del campione, l'1% ha sviluppato diabete di tipo 2 durante il follow up di 6-8 anni. La ricerca su *The Lancet* è la prima a valutare l'associazione tra emulsionante e rischio di sviluppare diabete di tipo 2.

Dei 61 additivi identificati, sono sette gli emulsionanti 'attenzionati' associati all'aumento del rischio di diabete:

E407 (carragenine totali), E340 (esteri di poliglicerolo di acido ricinico), E472e (esteri di acidi grassi), E331 (citrato di sodio), E412 (gomma di guar), E414 (gomma arabica), E415 (gomma di xantano), oltre ad un gruppo chiamato 'carragenine'.

Gli additivi sono stati assunti nel 5% da frutta e verdure ultra lavorate (come verdure in scatola e frutta sciroppata), nel 14.7% da torte e biscotti, nel 10% da prodotti lattiero-caseari.

VEDERE FIG 3 APPENDICE 9



“Come diabetologi questo studio ha tre conseguenze importanti: la necessità di contenere il consumo di cibi ultra-processati, l'appello ad una maggiore attenzione alle etichette e la necessità di chiedere una regolamentazione più stringente allo scopo di proteggere i consumatori” sottolinea il **Professor Angelo Avogaro, Presidente SID.**

“Sebbene siano necessari ulteriori studi a lungo termine, le alterazioni del microbiota intestinale, fanno ritenere che potrebbero essere necessario rivedere gli ADA (livelli giornalieri di assunzione). Precedenti prove che legavano l'assunzione di carragenina all'infiammazione intestinale hanno portato l'JECFA a limitarne l'uso nelle formule e negli elementi per neonati. Stiamo assistendo ad un preoccupante aumento del diabete di tipo 2 anche tra bambini e adolescenti” **spiega la Prof.ssa Raffaella Buzzetti, Presidente eletto SID.**

Il meccanismo: infiammazione intestinale e alterazione (disbiosi) -> infiammazione cronica -> sindrome metabolica -> segnalazione dell'insulina -> diabete di tipo 2.

Fonte [https://doi.org/10.1016/S2213-8587\(24\)00086-X](https://doi.org/10.1016/S2213-8587(24)00086-X)

Food additive emulsifiers and the risk of type 2 diabetes: analysis of data from the NutriNet-Santé prospective cohort study, VOLUME 12, ISSUE 5, P339-349, MAY 2024

Ufficio Stampa SID
Mason&Partners
Dr.ssa Johann Rossi Mason
Mobile 347/2626993
jrossimason@gmail.com
