

Fructosa

Opinió del comitè científic sobre productes dietètics, nutrició i al·lèrgies respecte a una pregunta de la Comissió relativa a l'avaluació de la fructosa amb finalitats d'etiquetatge.

(EFSA-Q-2005-085)

Adoptada el 5 d'octubre de 2005

Sumari

La fructosa és una font d'energia molt estesa en els aliments destinats a consum humà. Nombroses fruites, begudes no alcohòliques, dolços i pastisseria, així com certes verdures, en contenen grans quantitats. La fructosa és també un component de la sacarosa. El sorbitol, en humans, es pot metabolitzar en fructosa.

La fructosa no és un al·lèrgen. Tanmateix, la fructosa pot comportar diverses reaccions indesitjables en humans. Aquestes reaccions són el resultat de defectes congènits del metabolisme. La intolerància hereditària a la fructosa, síndrome rara (prevalença 1:23000 a escala mundial), i la deficiència en fructosa-bifosfatasa, síndrome molt rara, són malalties greus, potencialment mortals en infants. La fructosúria benigna (excreció de fructosa a l'orina), poc freqüent, no provoca cap efecte indesitjable. La malabsorció intestinal de la fructosa (pèrdua de fructosa) pot provocar un malestar intestinal passatger que pot ser fàcilment evitat.

L'eliminació de fructosa és el pilar principal del tractament de la intolerància hereditària a la fructosa i de la deficiència en fructosa-bifosfatasa, i s'ha d'iniciar després d'un diagnòstic definitiu. No existeixen nivells tolerables establerts científicament i generalment acceptats per a la fructosa en aquestes condicions.

Paraules clau:

Aldolasa B, fructosa, deficiència en fructosa-bifosfatasa, fructosúria, deficiència en fructocinasa, transportador GLUT5, intolerància hereditària a la fructosa, malabsorció de fructosa, sucrosa, sorbitol.