

بيان بمشاركة رابطة المُحليّات الدولية (ISA) لموقفها مع وسائل الإعلام

المُحليّات منخفضة/عديمة السعرات الحرارية آمنة وتؤدي دورًا حيويًا في المساعدة على علاج السمنة

بيان صادر من رابطة المُحليّات الدولية ومتعلق بنشر المبدأ التوجيهي لمنظمة الصحة العالمية (WHO) بشأن المُحليّات منخفضة/عديمة السعرات الحرارية بتاريخ: 2022/07/15

بروكسل، 15 يوليو 2022: لقد استجابت رابطة المُحليّات الدولية اليوم لنشر مشروع المبدأ التوجيهي لمنظمة الصحة العالمية بشأن استخدام تناول المُحليّات غير السكرية.¹

وتشير رابطة المُحليّات الدولية إلى مجموعة هائلة من الأدلة العلمية التي تبين أن المُحليّات منخفضة/عديمة السعرات الحرارية:

- آمنة وتُعد أحد المكونات التي تخضع لأبحاث أكثر دقة في العالم²؛
- يمكن أن تساعد البالغين والأطفال على تقليل تناولهم للسعرات الحرارية، فضلاً عن كونها أداة مفيدة لمساعدتهم على ضبط وزن أجسامهم، عند استخدامها بدلاً من السكر، كما أنها تُعد أحد مكونات أي نظام غذائي متنوع ومتوازن وأي نمط حياة صحي³⁻⁷؛
- توفر للأشخاص المصابين بداء السكري بديلاً مهماً للسكر؛ نظرًا إلى أنها لا تؤثر في مستويات السكر في الدم⁸⁻⁹؛
- لا تسهم في تسوس الأسنان، فضلاً عن أن استخدامها بدلاً من السكر "يسهم في الواقع في الحفاظ على تمعدن الأسنان⁸؛
- أداة أساسية في مساعدة شركات الأغذية والمشروبات على إعادة تصنيع منتجاتها¹⁰⁻¹¹ من أجل تقليل كمية السكر والسعرات الحرارية التي تحتويها.

وتعليقًا على منشور منظمة الصحة العالمية، ذكر روبرت بيترسون، رئيس رابطة المُحليّات الدولية، أن: "المُحليّات منخفضة/عديمة السعرات الحرارية ليست وصفة سحرية لعلاج الأمراض. لكنها تعني أن يستمتع الأشخاص بالأغذية والمشروبات التي تحتوي على نسبة قليلة من السكر وعدد قليل من السعرات الحرارية مع الاستمرار في تلبية تفضيلاتهم حسب أذواقهم. إن فوائد استبدال السكريات المضافة بالمُحليّات منخفضة/عديمة السعرات الحرارية في خفض السعرات الحرارية المستهلكة والمساعدة على التحكم في الوزن مدعومة بالأدلة التي راجعتها منظمة الصحة العالمية⁷، واللجنة الاستشارية الأمريكية للمبادئ التوجيهية للنظم الغذائية المعنية بالمبادئ التوجيهية للنظم الغذائية للأمريكيين، لعام 2020-2025¹²، والعديد من المراجعات المنهجية والتحليلات الوصفية المنشورة³⁻⁵ وسيؤدي عدم الاعتراف بدور المُحليّات منخفضة/عديمة السعرات الحرارية في خفض السكر والطاقة، ومن ثم التحكم في الوزن، إلى الإضرار بالصحة العامة."

واصل السيد بيترسون حديثه قائلاً: "تنبذت الحكومات في جميع أنحاء العالم جهودًا لمعالجة المشكلة الخطيرة المتمثلة في ارتفاع معدلات السمنة ومرض السكري. ناهيك عن أمراض الأسنان التي تعد أكثر الأمراض غير المعدية انتشارًا على مستوى العالم وأحد أهداف الصحة العامة المتمثلة في خفض كميات السكر وذلك كما حددته منظمة الصحة العالمية في مبادئها التوجيهية لعام 2015 بشأن تناول الأطفال والبالغين للسكريات. ومن المؤسف عدم الاعتراف بالفوائد المثبتة لاستخدام المُحليّات عديمة السكر لصحة الفم والأسنان.

وفي حين أن هذا المبدأ التوجيهي لا ينطبق على الأشخاص المتعاشين مع مرض السكري، فقد بسبب التباين عند من هم بحاجة إلى التحكم في استهلاكهم من الكربوهيدرات والسكريات. وتعترف المنظمات الصحية على مستوى العالم بأن استخدام المُحليّات منخفضة/عديمة السعرات الحرارية أمثلاً لتحل محل السكر في الإدارة الغذائية لمرض السكري.

ولمواجهة تحدي الأمراض غير المعدية، لقد حثت الحكومات شركات الأغذية والمشروبات على تقليل كمية السكر في منتجاتها دعمًا لتوصيات الصحة العامة المقدمة من منظمة الصحة العالمية وغيرها من الهيئات. بفضل المُحليّات منخفضة/عديمة السعرات الحرارية، تمكنت هذه الشركات من القيام بما يلي: إعادة تصنيع منتجاتها باستخدام مُحليّات منخفضة/عديمة السعرات الحرارية والتي لا تحتوي على سعرات حرارية أو تكاد تنعدم السعرات الحرارية فيها.

في الوقت نفسه، تُعد المُحليّات منخفضة/عديمة السعرات الحرارية من بين المكونات التي تخضع لأبحاث أكثر دقة في العالم، ولقد وافقت هيئات سلامة الأغذية على مستوى العالم على استخدامها. علاوة على ذلك، تظهر الأبحاث أن تناولنا لهذه المواد أقل بكثير من الاستهلاك اليومي المقبول (ADI) لكل من الأطفال والبالغين.¹³⁻²⁰

وأضاف السيد بيترسون قائلاً: "إننا نتطلع إلى تقديم ملحوظات حول مشروع المبدأ التوجيهي هذا ومواصلة دعم الجهود لتحسين فهم فوائد المُحليّات منخفضة/عديمة السعرات الحرارية".



ملحوظات إلى المحررين

1. <https://www.who.int/news-room/articles-detail/online-public-consultation-draft-guideline-on-use-of-non-sugar-sweeteners>
2. أكدت لجنة الخبراء المشتركة بين منظمة الأغذية والزراعة (الفاو) ومنظمة الصحة العالمية المعنية بالمواد المضافة إلى الأغذية (JEFCA) وإدارة الغذاء والعقاقير الأمريكية (FDA) والهيئة الأوروبية لسلامة الأغذية (EFSA) مرارًا وتكرارًا على سلامة المُحليّات المعتمدة ذات السرعات الحرارية المنخفضة
3. McGlynn ND, Khan TA, Wang L, et al. Association of Low- and No-Calorie Sweetened Beverages as a Replacement for Sugar-Sweetened Beverages With Body Weight and Cardiometabolic Risk: A Systematic Review and Meta-analysis. *JAMA Network Open* 2022;5(3):e222092.
4. مقتطف من منشور: "ارتبط استخدام مشروبات LNCSSBs المشروبات المحلاة منخفضة/الخالية من السرعات الحرارية [كبدل منشود لمشروبات SSBs المشروبات المحلاة بالسكر [بتحسينات طفيفة في وزن الجسم وعوامل خطر أمراض القلب الأيضية من دون دليل على حدوث ضرر، كما أن لها فائدة مماثلة كبديل للمياه".
5. Rogers PJ and Appleton KM. The effects of low-calorie sweeteners on energy intake and body weight: a systematic review and meta-analysis of sustained intervention studies. *Int J Obes* 2021; 45(3): 464-478. <https://doi.org/10.1038/s41366-020-00704-2> مقتطف من المنشور: "تبيّن نتائج هذا التقرير أن استهلاك المحليات منخفضة السكرية [LCS] بدلاً من السكر يقلل من وزن الجسم [BW] ، ويتم ذلك من خلال تقليل جرعة الطاقة [E] اليومية".
6. Laviada-Molina H H, Molina-Segui F, Pérez-Gaxiola G, et al. Effects of nonnutritive sweeteners on body weight and BMI in diverse clinical contexts: Systematic review and meta-analysis. *Obesity Reviews* 2020; 21(7): e13020. <https://doi.org/10.1111/obr.13020>. مقتطف من المنشور: "تشير البيانات إلى أن استبدال السكر بـ NNS [المحليات غير الغذائية] يؤدي إلى إنقاص الوزن، خاصة في المشاركين الذين يعانون من زيادة الوزن/السمنة ويتبعون نظامًا غذائيًا غير مقيد، ويمكن استخدام هذه المعلومات لاتخاذ قرارات السياسة العامة القائمة على الأدلة".
7. de Ruyter, JC., Olthof, MR., Seidell, JC., et al. A trial of sugar-free or sugar-sweetened beverages and body weight in children. *N Engl J Med* 2012;367(15):1397-1406. يحتوي على سكر أدى إلى انخفاض كبير في زيادة الوزن وزيادة الدهون في الجسم لدى الأطفال الأصحاء
8. Health effects of the use of non-sugar sweeteners: a systematic review and meta-analysis. World Health Organization. (2022) <https://apps.who.int/iris/handle/10665/353064>. License: CC BY-NC-SA 3.0 IGO
9. "الرأي العلمي للهيئة الأوروبية لسلامة الأغذية حول دعم المطالبات الصحية المتعلقة بالمُحليّات المكثّفة". EFSA 2011 *Journal* 9(6): 2229-2076. and 9(4): 2076. لقد خلصت الهيئة الأوروبية لسلامة الأغذية (EFSA) إلى أن: "استهلاك الأغذية/المشروبات التي تحتوي على مُحليّات مكثّفة بدلاً من السكر يؤدي إلى انخفاض السكر في الدم بعد تناولها وذلك مقارنةً بالأغذية/المشروبات التي تحتوي على السكر "وأن": استهلاك الأغذية/المشروبات التي تحتوي على مُحليّات مكثّفة بدلاً من السكر يسهم في الحفاظ على تمعدن الأسنان".
10. Diabetes UK. The use of low or no calorie sweeteners. Position Statement (Updated December 2018). على الموقع الإلكتروني: <https://www.diabetes.org.uk/professionals/position-statements-reports/food-nutrition-lifestyle/use-of-low-or-no-calorie-sweeteners> مقتطف من المنشور: "إن استبدال السكريات الحرة بـ LNCS [مُحليّات منخفضة/عديمة السرعات الحرارية] قد يمثل استراتيجية مفيدة للمساعدة على إدارة الجلوكوز".
11. Gibson S, Ashwell M, Arthur J, et al. What can the food and drink industry do to help achieve the 5% free sugars goal? *Perspect Public Health*. 2017 Jul;137(4):237-247
12. Ashwell M, Gibson S, Bellisle F, et al. Expert consensus on low calorie sweeteners: facts, research gaps and suggested actions. *Nutr Res Rev*. 2020;33(1):145-154. [Epub ahead of print]. "هناك أيضًا حاجة إلى إحداه توافق بين حالات تعارض السياسات التي تتبناها المنظمات والحد من العقبات التنظيمية التي تعيق تطوير المنتجات منخفضة الطاقة وإعادة صنعها".
13. Dietary Guidelines Advisory Committee. 2020. Scientific Report of the 2020 Dietary Guidelines Advisory Committee: Advisory Report to the Secretary of Agriculture and the Secretary of Health and Human Services. U.S. Department of Agriculture, Agricultural Research Service, Washington DC
14. Martyn D, Darch M, Roberts A, Lee HY, Tian TY, Kaburagi N, Belmar P. Low-/No-Calorie Sweeteners: A Review of Global Intakes. *Nutrients* 2018; 10(3): 357
15. Tennant DR. Estimation of exposures to non-nutritive sweeteners from consumption of tabletop sweetener products: a review. *Food Additives & Contaminants: Part A* 2019; 36(3): 359-365
16. Tennant DR, Vlachou A.. Potential consumer exposures to low/no calorie sweeteners: a refined assessment based upon market intelligence on use frequency, and consideration of niche applications. *Food Additives & Contaminants: Part A* 2019; 36(8): 1173-1183
17. Martínez X, Zapata Y, Pinto V, et al. Intake of Non-Nutritive Sweeteners in Chilean Children after Enforcement of a New Food Labeling Law that Regulates Added Sugar Content in Processed Foods. *Nutrients* 2020; 12: 1594
18. Barraj L, Scrafford C, Bi X, Tran N. Intake of low and no-calorie sweeteners (LNCS) by the Brazilian population. *Food Additives & Contaminants: Part A*. 2021;38(2):181-194 DOI: 10.1080/19440049.2020.1846083
19. Barraj L, Bi X, Tran N. Screening level intake estimates of low and no-calorie sweeteners in Argentina, Chile, and Peru. *Food Addit Contam Part A Chem Anal Control Expo Risk Assess*. 2021 Dec;38(12):1995-2011 ACHIPIA. Chronic dietary exposure assessment on sweeteners in food consumed by the Chilean population, 2021, Available online: https://www.achipia.gob.cl/wp-content/uploads/2021/06/2021_ACHIPIA_Informe-EED-Cronica-Edulcorantes-MINSAL-ACHIPIA_Nueva-Version_final-con-abstract-English.pdf
20. Martyn D, Darch M, Floyd S, Ngo K, Fallah S. Low- and no-calorie sweetener intakes in the Brazilian population estimated using added sugar substitution modelling. *Food Addit Contam Part A Chem Anal Control Expo Risk Assess*. 2022 Feb;39(2):215-228