



Aditivos y TDAH

En un artículo publicado en *The Lancet* en 2007, investigadores de las Facultades de Psicología y Medicina de la Universidad de Southampton se propusieron estudiar, mediante un estudio aleatorio, a doble ciego y controlado con placebo, si la ingesta de colorantes artificiales de los alimentos y otros

aditivos afectan a la salud de los niños. Fueron incluidos en el estudio 153 niños con 3 años de edad y 144 entre 8-9 años. La bebida administrada contenía un conservante, el benzoato sódico y uno de dos mezclas, la mezcla A (5 mg de amarillo anaranjado (E110), 7,5 mg de tartrazina (E102), 2,5 mg de carmoisina (E122) y rojo cochinilla 4R (E124) y la mezcla B (7,5 mg de amarillo anaranjado (E110), 7,5 mg de amarillo quinoleína (E104), 7,5 mg de carmoisina (E112) y 7,5 mg de rojo allura AC (E129).

La principal medida de los resultados fue una valoración global de la hiperactividad, basada en una serie de baremos, evaluada por padres y maestros, y para los niños entre 8-9 años, además de un test computerizado de la atención.

Los resultados fueron los siguientes:

1. La mezcla A provoca efectos adversos significativos sobre la hiperactividad en los niños de 3 años, cuando se comparan con los efectos de un placebo. No se observan cuando se comparan los efectos de la mezcla B con los de la administración de un placebo. Los resultados persisten cuando el análisis se restringe a los niños de 3 años de edad que han consumido más del 80 % de la bebida administrada.
2. Los niños entre 8-9 años de edad muestran efectos adversos significativos cuando se les administra la mezcla A, o la mezcla B, cuando el análisis se restringe a aquellos niños que han consumido, al menos, el 80 % de la bebida administrada.

La interpretación de los autores es que los colorantes artificiales o el benzoato sódico utilizado como conservante de los alimentos, o ambos, pueden provocar un aumento de la hiperactividad en los niños de 3 años, y en los niños entre 8-9 años de la población general.

El Anexo V del Reglamento 1333/2008 CE incluye una lista de los aditivos alimentarios (colorantes y aromas) poco adecuados para productos destinados a niños con TDAH.

- Amarillo anaranjado (E 110)
- Amarillo de quinoleína (E 104)
- Carmoisina (E 122)
- Rojo Allura AC (E 129)
- Tartracina (E 102)
- Rojo cochinilla A (E 124)

McCann D, Barrett A, Cooper A, Crumpler D, Dalen L, Grimshaw K, Kitchin E, Lok K, Porteous L, Prince E, Sonuga-Barke E, Warner JO, Stevenson J. Food additives and hyperactive behaviour in 3-year-old and 8/9-year-old children in the community: a randomised, double-blinded, placebo-controlled trial. *The Lancet* - Vol. 370, Issue 9598, 3 November 2007, Pages 1560-1567.