

## Una técnica mejora la calidad nutricional de los alimentos sin alterar sus características sensoriales

Una buena estrategia para contribuir a la mejora de los alimentos es la de incrementar su calidad nutricional sin alterar las características sensoriales. A partir de estas premisas, un equipo de investigadores del IRTA ha estudiado la variación de la composición de la grasa en productos cárnicos integrados en nuestros hábitos alimentarios, mediante la modificación de la dieta de los animales.

IRTA

15/7/2011 10:30 CEST

El consumo de alimentos con alto contenido en grasa y la falta de actividad física ha alentado la adopción de medidas gubernamentales (como la estrategia NAOS y el código PAOS) a fin de paliar la alta incidencia de la obesidad en nuestro país. Hasta hace relativamente poco tiempo, la mayor preocupación dietética se focalizaba en la reducción de la cantidad de grasa en los alimentos. Sin embargo, se ha demostrado que el tipo de grasa puede llegar a ser tanto o más importante que su cantidad, por lo que se promueve la sustitución de las grasas saturadas y de las grasas-trans poliinsaturadas omega-3 ( $\omega$ -3 o n-3), más saludables.

Estas incluyen al ácido graso  $\alpha$ -linolénico ( $\alpha$ -LNA) y a aquellos de cadena larga, el docosahexanoico (DHA) y el eicosapentanoico (EPA). El primero se encuentra en los aceites de semillas y en músculos de rumiantes, mientras que el EPA y el DHA se encuentran principalmente en el pescado y, en pequeñas cantidades, en los aceites vegetales. A fin de *disminuir* los niveles elevados de *colesterol*, las recomendaciones médicas actuales apuntan

hacia una disminución de la relación de ácidos grasos omega-6/omega-3 hasta un valor inferior a 4.

A su vez, la industria alimentaria y la comunidad científica tienen un papel destacado en este contexto. La puesta en marcha de proyectos comunes para el desarrollo de alimentos más saludables representa una contribución importante para contrarrestar la difusión de ciertos trastornos entre la población.

### **Enriquecimiento de las dietas animales con ácidos grasos**

Numerosos estudios han puesto de manifiesto las mejoras debidas al enriquecimiento de las dietas de los animales con ácidos grasos y sus efectos sobre distintos aspectos de la calidad de la carne. De hecho, en el mercado ya están disponibles diversos productos cárnicos cocidos con ácidos grasos n-3 añadidos durante su elaboración. No obstante, son muy escasos los trabajos sobre carnes procedentes de animales alimentados con dietas suplementadas.

Por esa razón, un estudio realizado por investigadores del IRTA ha valorado las características de calidad nutricional y sensorial del jamón cocido, de la paletilla curada y del embutido de pechuga de pavo confeccionados a partir de carne de animales que recibieron dietas enriquecidas con DHA y vitamina E, necesaria para prevenir el incremento de la oxidación lipídica.

### **Análisis de la estabilidad oxidativa**

Para ello, el equipo de investigación del IRTA evaluó la calidad nutricional de carne fresca y de productos cárnicos elaborados en base al análisis de su estabilidad oxidativa y del contenido en ácidos grasos, mientras la calidad sensorial se determinó solamente en los productos elaborados. Tras establecer unas dietas y unos tratamientos específicos tanto para los pavos como para los cerdos analizados, el análisis de la actividad del sistema de enzimas antioxidantes no indicó la presencia de variaciones notables entre tratamientos.

La incorporación al músculo de vitamina E se vio obstaculizada por el enriquecimiento en DHA y las muestras del tratamiento que incluían este

ácido graso presentaron un nivel significativamente inferior de vitamina E, tanto en carne fresca como en producto elaborado.

Derechos: **Creative Commons**

TAGS

INDUSTRIA ALIMENTARIA | CERDO VITAMINA E | DHA | IRTA | CARNE | PAVO |

Creative Commons 4.0

Puedes copiar, difundir y transformar los contenidos de SINC. [Lee las condiciones de nuestra licencia](#)