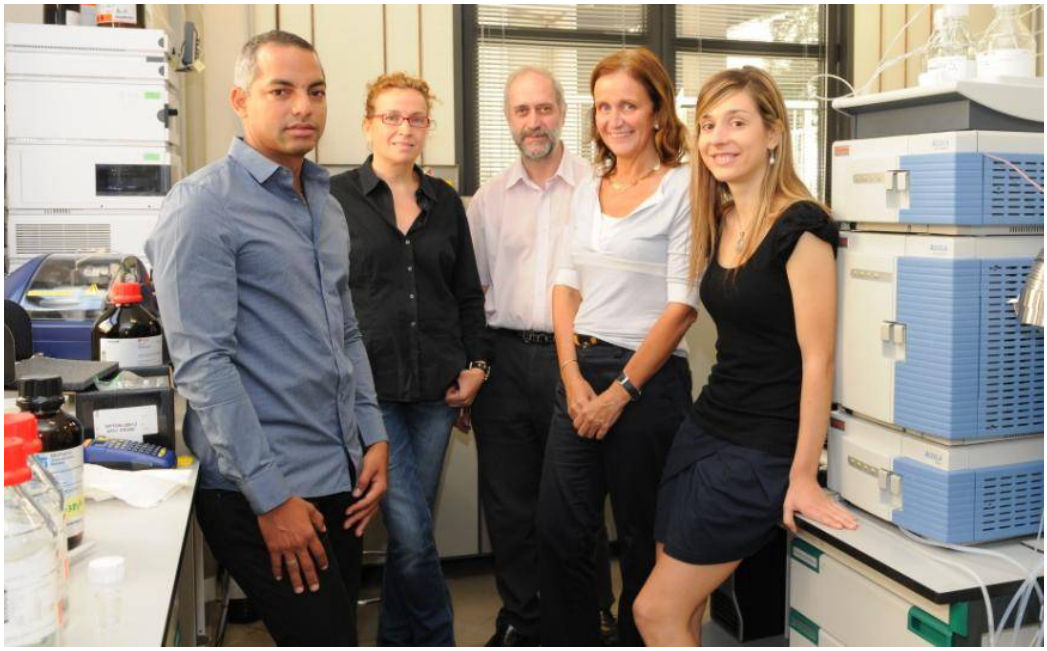
SEGÚN UN ARTÍCULO PUBLICADO EN EL 'JOURNAL OF AGRICULTURAL AND FOOD CHEMISTRY'

Los tomates 'ecológicos' tienen más antioxidantes que los de cultivo tradicional

Un estudio de la Universidad de Barcelona revela que los tomates de cultivos en los que no se emplean abonos nitrogenados tienen un nivel más elevado de compuestos fenólicos que los tomates de cultivos convencionales.

UB 29/6/2012 14:32 CEST



Los expertos Alexander Medina Remón, Olga Jáuregui, Isidre Casals Ribes, Rosa M. Lamuela y Anna Vallverdú Queralt de la UB. Imagen: UB.

El Grupo de Investigación en Antioxidantes Naturales de la Universidad de Barcelona (UB), que dirige Rosa M. Lamuela, señala que durante el procesado de los ketchups y de los zumos, los polifenoles (antioxidantes naturales de origen vegetal) disminuyen, por lo tanto, "es necesario comprobar que el origen de las diferencias observadas en los estudios anteriores estaba en los tomates y no en la tecnología utilizada en su procesado industrial", apunta Lamuela.

Los polifenoles tienen un gran interés nutricional ya que su consumo se ha asociado a la prevención de enfermedades cardiovasculares, degenerativas

y cáncer. Para este estudio, que se ha publicado en *Journal of Agricultural and Food Chemistry*, el equipo ha utilizado la variedad de tomate *Daniela* y ha determinado su perfil fenólico (moléculas orgánicas que se encuentran de manera natural en muchos vegetales y que tienen un efecto beneficioso para la salud humana) mediante cromatografía líquida acoplada a espectrometría de masas. Gracias a este método, el grupo de la UB ha podido identificar 34 compuestos fenólicos diferentes en los tomates.

"La ventaja de tomar los polifenoles en los alimentos naturales es que el alimento contiene una gran variedad de estas moléculas y entre ellas se potencian", explica la investigadora quien añade que esto sería más beneficioso para la salud que la administración de componentes fenólicos aislados en forma de suplemento. Como los tomates también tienen licopenos (pigmento vegetal que aporta el color rojo) y otros carotenos, y vitamina C, "son como un paquete de compuestos beneficiosos", manifiesta Lamuela.

¿Cultivos ecológicos o tradicionales?

Las diferencias observadas entre los tomates ecológicos y los convencionales se deben al abono utilizado. "En el caso de la agricultura ecológica no se pueden añadir abonos nitrogenados, lo que implica que las plantas tengan que crear sus propios mecanismos de defensa y, de este modo, aumentan todos los antioxidantes", subraya la Anna Vallverdú Queralt, primera firmante del artículo e investigadora de la UB.

"La planta, cuanto más estrés tiene, más polifenoles genera", indica Lamuela. Numerosas investigaciones científicas indican que el consumo de estos antioxidantes es saludable, pero las investigadoras aseguran que todavía faltan más estudios de evidencia clínica para poder decir que realmente los productos ecológicos son mejores para la salud que los convencionales. El gran reto ahora para Lamuela sería poder realizar un estudio en humanos comparando consumidores de tomates ecológicos con consumidores de tomates convencionales.

En este estudio también han participado los investigadores Olga Jáuregui, de los Centros Científicos y Tecnológicos de la UB (CCiTUB), y Alexander Medina Remón, que junto con Rosa M. Lamuela y Anna Vallverdú Queralt, forman parte del Departamento de Nutrición y Bromatología de la UB, de la

Red de Referencia en Tecnología de Alimentos de la Generalitat de Cataluña (XaRTA) y del Instituto de Investigación en Nutrición y Seguridad Alimentaria (INSA-UB). El grupo de investigación también está asociado a las redes CIBER de Fisiopatología de la Obesidad y la Nutrición (CIBERobn) y RETICS, del Instituto de Salud Carlos III.

El gazpacho comercial es saludable

El mismo grupo de investigación, experto en antioxidantes naturales, ha publicado este año otro estudio en el que se analiza la estabilidad de los carotenos y de los polifenoles en gazpachos comerciales conservados en nevera.

En este trabajo, también publicado en el *Journal of Agricultural and Food Chemistry*, se demuestra que la degradación de estos compuestos no es significativa durante el tiempo de conservación del gazpacho en nevera (tres meses). Así pues, los gazpachos comerciales también son una buena fuente de productos saludables.

"En el gazpacho no solo tienes los polifenoles del tomate; además, hay otros polifenoles que provienen de la cebolla, el ajo, etc. Por eso, es un producto todavía más complejo con respecto a los compuestos fenólicos", afirma Rosa M. Lamuela, de la UB. En esta investigación han colaborado Sara Arranz, del Hospital Clínic (UB-IDIBAPS), e Isidre Casals Ribes, de los CCiTUB.

.

Referencia bibliográfica:

Vallverdú-Queralt, A.; Jáuregui, O.; Medina-Remón, A.; Lamuela-Raventós, R. M. "Evaluation of a method to characterize the phenolic profile of organic and conventional tomatoes" *Journal of Agricultural and Food Chemistry*, abril de 2012, 4, 60(13), 3373-3380.

Derechos: **Creative Commons**

TAGS

CONVENCIONALES | S ANTIOXIDANTES | JOURNAL | AGRICULTURAL | TOMATE | CULTIVOS | ORGÁNICOS | ECOLÓGICO | POLIFENOLES | AGRICULTURA | ABONO | FOOD | CHEMISTRY | UNIVERSIDAD | BARCELONA | CIBEROBN |

Creative Commons 4.0
Puedes copiar, difundir y transformar los contenidos de SINC. Lee las condiciones de nuestra licencia