

Resumen N°3 | Calidad alimentaria

Alimentos funcionales consumidos en un centro de asesoramiento nutricional

Biasi, A.; Junco Mansur, B. M.; Correa, M. L.; Rodríguez Salama, S. I; Garro Bustos, J. V.
Departamento de Nutrición. Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Nacional de San Luis (UNSL)

Contacto: anto.mbiasi@gmail.com

Palabras claves: alimentos funcionales, consumidor, centro de asesoramiento nutricional
Keywords: functional foods, consumer, nutrition counseling center

Introducción

La comercialización de alimentos funcionales es cada vez mayor y más variada. La gran oferta de alimentos funcionales ha llevado a que estos productos sean adquiridos por parte importante de la población.

Objetivos

Identificar el tipo de alimentos funcionales consumidos por adultos que asistieron a un centro de asesoramiento nutricional.

Metodología

Estudio descriptivo, observacional, de corte transversal en consumidores que asistieron a un centro de asesoramiento nutricional en la ciudad de Villa Mercedes (San Luis), durante un periodo de 4 meses, a quienes se les realizó un cuestionario sobre tipo y formato de alimentos funcionales consumidos.

Resultados

Se evaluaron 140 consumidores de alimentos funcionales, el mayor porcentaje estuvo representado por mujeres (70%) y el resto varones (30%). Los alimentos funcionales consumidos fueron: Cereales para desayuno que contribuyen a normalizar el nivel de colesterol en sangre (50%), a base de salvado de avena, semillas de sésamo, harina de chía, semillas de psyllium y fitoesteroles; Cereales para desayuno que contribuyen a normalizar el nivel de triglicéridos en sangre (20%), a base de semillas de lino, germen de trigo, salvado de avena, semillas de sésamo integral, semillas de chía y fortificado con vitaminas del complejo B; Jalea que favorece el tránsito intestinal (10%), a base de frutas desecadas, semillas de psyllium, semillas de lino, salvado de trigo, Cereales para desayuno con aporte de calcio (10%), a base

de semillas de sésamo, de amapola, de amaranto, almendras y fortificado con calcio; Jalea que contribuye a aumentar las defensas y dar energía (5%), a base de jarabe de glucosa, miel, polen, jalea real, niacina, calcio, vitamina B2, B6, B1, ácido fólico y vitamina B12 y Cereales para desayuno que contribuye a normalizar el nivel de azúcar en la sangre (5%), a base de salvado de avena, germen de trigo, semillas de lino, canela y fortificado con vitaminas del complejo B.

Conclusiones

Los patrones de consumo fueron variables, predominando el consumo de alimentos funcionales con efecto sobre colesterol y triglicéridos en sangre. Estos resultados revelan la problemática actual de desórdenes en lípidos plasmáticos en la población.