

Resumen N°2 | Nutrición y Salud

Bioaccesibilidad y aporte potencial de minerales en alimentos libres de gluten

Binaghi, M. J.¹; Ambrosi, V.^{1,2}; López, L. B.¹

¹Universidad de Buenos Aires. Facultad de Farmacia y Bioquímica. Cátedra de Bromatología

²Instituto de Alimentos. INTA. Castelar

Contacto: jbinaghi@ffyb.uba.ar

Palabras claves: alimentos libres de gluten, minerales, bioaccesibilidad

Keywords: *gluten-free foods, minerals, bioaccessibility*

Introducción

La enfermedad celíaca tiene una prevalencia del 1% al 2%. El único tratamiento efectivo para esta patología es una dieta permanente libre de gluten. La misma puede conducir a posibles deficiencias de algunos nutrientes. Se sabe que, el duodeno y el yeyuno proximal son necesarios para una buena absorción, y al existir un daño en la mucosa de estos la absorción mineral se ve afectada. También se ha demostrado, que la dieta libre de gluten aporta poca cantidad de minerales.

El **objetivo** del presente trabajo fue determinar la bioaccesibilidad de hierro, calcio y zinc, en alimentos comerciales libres de gluten disponibles en el mercado argentino. Materiales y

Métodos

Se analizaron 10 alimentos elaborados con 7 premezclas diferentes de 5 marcas comerciales disponibles en el mercado. Se analizaron productos de repostería (budín y bizcochuelo), y panes, así mismo se analizaron 4 alimentos comerciales: 1 budín, 2 tostadas y 1 galletitas dulces. Se determinó el contenido total de hierro, calcio y zinc por espectrometría de absorción atómica y la dializabilidad (D%) por un método in vitro que simula las condiciones gastrointestinales. El aporte potencial (AP) se calculó en base a su contenido total y dializabilidad. Como el AP representa el mineral disponible para la absorción, se comparó con los valores de requerimientos mínimos (R) según OMS 2004 para calcular el porcentaje de cobertura.

Resultados

El contenido de hierro en las muestras varió entre 0,4-2,5; el de calcio entre 19-321 y el de zinc 0,13-1,93 mg/100g. En el caso de la D% se obtuvieron los siguientes valores: D%Fe: 11,8-24,7; D%Ca: 15,6-28,9

y D%Zn: 8,1-22,9. Respecto al porcentaje de cobertura de los requerimientos diarios con una porción de los alimentos estudiados pudimos observar que había una gran variación dependiendo del alimento y del grupo etario estudiado. Esto se debe a que el AP depende tanto del contenido, así como de la D%.

Conclusión

El contenido y la cantidad de minerales disponibles de los alimentos libres de gluten analizados son considerablemente bajos.