

PÓSTER
ÁREA SALUD**Barritas con frutas regionales****Bars with regional fruits**

S. Farah ¹; S. Di Giuseppe ¹; R. Sosa ¹; L. Cappone ¹; G. Maimone ¹; E. Raimondo ^{1,2}; D Flores ¹;
A. Gascón ²; G. Dip ²; A. Santi ³; C. Espejo ³

¹ Facultad de Ciencias de la Nutrición, Universidad Juan Agustín Maza, Mendoza, Argentina

² Facultad de Ciencias Agrarias Universidad Nacional de Cuyo

³ INTI Frutas y Hortalizas

Contacto: farahsilvia1@hotmail.com

Palabras clave: barritas - frutas regionales - evaluación nutricional - evaluación sensorial

Key Words: bars - regional fruits - nutritional evaluation - sensory evaluation



Introducción: Realizar colaciones entre las comidas principales colabora en la regulación del apetito, y contribuye a disminuir la ingesta total de alimentos, influyendo indirectamente en la reducción de la obesidad.

Las barritas de cereal son una buena opción de colación entre comidas, y una forma de incrementar el consumo de frutas, especialmente de aquellas que se producen en la región.

Objetivo: formular barritas de cereal a base de frutos secos y de frutas desecadas regionales. Analizar su composición centesimal y evaluar su vida útil a través de análisis microbiológicos.

Metodología: se formularon 8 variantes de barritas de 100 g cuya base era avena, miel, aceite de girasol alto oleico y sal. A las que se agregaron (1) almendras y nuez, (2) castañas y pistacho, y frutas desecadas como (3) peras, (4) manzanas, (5) duraznos, (6) ciruelas, (7) higos y (8) pasas de uvas. Una vez desarrolladas se envasaron en bolsas de polipropileno, a fin de determinar su lapso de aptitud. Se les efectuaron análisis fisicoquímicos, microbiológicos y sensoriales. Determinando: Humedad (%), secado en estufa a 100 °C. Grasa total (%): por método de Soxhlet. Fibra bruta (%): por ataque ácido-alcalino. Proteínas (%): por método de Kjeldahl. Cenizas (%): por calcinación en mufla. Hidratos de carbono (%): por diferencia. Sobre cenizas por dilución, se determinaron minerales por espectrofotometría de absorción atómica. Perfil de ácidos grasos por cromatografía gaseosa y análisis de minerales por espectrofotometría de absorción atómica. Evaluación sensorial para establecer aceptabilidad. Y análisis microbiológicos por técnicas oficiales. Los datos fueron analizados por el programa estadístico Infostat

Resultados: entre paréntesis se consiga el tipo de barritas antes identificado. El valor energético variaba de

307 kcal (3) a 536 kcal (2); las grasas totales de 8,84 g% (3) a 30,26 g% (1). Las grasas saturadas resultaron bajas en todos los casos variando de 0,94 (3) a 3,51 g% (2). Las grasas monoinsaturadas variaban de 6,35 (8) a 19,43 (2). Las grasas poliinsaturadas 1,45 g% (3), siendo similar este valor en todas las formuladas con frutas desecadas a 12,19 g% (1). El contenido de calcio varió de 31 mg (5) a 85 mg% (1 y 2). Las proteínas variaban de 2,84 g% (3) a 9,67 g% (2). El sodio fue similar para todas las opciones de 78 mg% a 85 mg%. El zinc de 0,7 mg% (8) a 1,5 mg% (1). Potasio de 254 mg% (3) a 388 mg% (6) y el fósforo de 88 mg% (4) a 388 g% (6). La aceptabilidad de las barritas fueron elevadas en todos los casos superior a un 92%, obteniendo la mayor puntuación la de almendras y nueces (95% de aceptación) y la de menor puntuación la de higo (88% de aceptación). La barritas fueron envasadas en polipropileno de 50 micrones, extrayendo 3 muestras al azar cada 15 días durante 3 meses a las cuales se les realizó análisis microbiológicos, los cuales arrojaron resultados en el orden 102 ufc para bacterias mesófilas totales y ausencia de formación de hongos, durante 90 días.

Discusión: se logró dar cumplimiento a las preguntas de investigación formuladas al comenzar el diseño del presente trabajo de investigación. Se pudieron emplear frutas regionales y frutos desecados a nivel local, logrando incrementar el valor agregado de estos productos, lo cual favorece a las economías regionales, siendo posible transferir este tipo de alimentos al sector productivo.

Conclusión: es factible elaborar barritas a bases de frutas regionales, con un muy buen perfil nutricional y de muy buena aceptabilidad, sin el agregado de aditivos.