



La dieta del mexicano incluye alimentos con alto contenido calórico, si a eso agregamos que los “refrigerios” o botanas más habituales son las papas fritas, chicharrones, palomitas y otro tipo de golosinas que han contribuido al aumento en los índices de obesidad tanto en niños como en adultos, así como en el desarrollo de diabetes y enfermedades cardiovasculares.

Consciente de la situación, la doctora Alma Rosa Islas Rubio, del Centro de Investigación en Alimentación y Desarrollo (CIAD), creó una fritura multigrano con 40 por ciento menos grasa y más nutrientes que las que ya existen en el mercado.

De acuerdo con la investigadora, el producto que ha elaborado ofrece una eficiencia proteica de 93 por ciento, cifra cercana a la de la caseína (proteína de la leche); además de que aporta fibra dietética. Este último elemento, agregó, podría ayudar a combatir los problemas de sobrepeso y obesidad que aquejan a entre un 70 y 80 por ciento de los adultos, y una tercera parte de la población infantil.

Por otro lado, Islas Rubio explicó que para el desarrollo de esta fritura utilizó el mismo proceso que se emplea actualmente en la nixtamalización, por lo que las pequeñas industrias no tendrían que invertir en la adecuación o adquisición de equipos para la elaboración de este producto. “El objetivo principal es apoyar a las pequeñas industrias regionales de Sonora en el desarrollo de productos más nutritivos y benéficos para la salud”.

Asimismo, señaló que con este proyecto la harina multigrano podría elaborarse a gran escala e incorporarse a los programas de Asistencia Social, sobre todo en aquellas zonas del país donde la población de escasos recursos económicos no tiene acceso a proteína vegetal. (DiCYT/Agencia ID )