



**Fecha publicación:** 12/05/2007

## **NOTAS SOBRE HELADOS**

### **¿HELADERO ARTESANAL, MÉDICO O NUTRICIONISTA?**

Cada vez más clientes se acercan al mostrador de las heladerías pidiendo productos específicos, helados diet, helados aptos para diabéticos, helados aptos para celíacos...

Y cada vez más heladeros, deseosos de complacer a su clientela, buscan ayuda para satisfacerlos. El caso es que no es lo mismo preparar un helado bajo en grasas o con menos azúcar para quien cuida la línea y desea gratificarse con un helado que no le aporte muchas calorías, que ofrecer un producto que no presente riesgos para un problema de salud.

Las grandes cadenas de heladerías ofrecen estos productos: aptos diabéticos, aptos celíacos, etc., por lo que resulta obvio que es posible hacerlo.

Pero no es tan sencillo, tomemos por ejemplo los helados aptos para consumo de diabéticos<sup>1</sup>.

Sabemos que reemplazar el azúcar en la formulación del helado es todo un desafío, la textura, cuerpo y palatabilidad del mismo dependen en gran parte del uso de azúcar común y dextrosa o glucosa.

Los edulcorantes no nutritivos no aportan más que sabor, (y en muchos casos no muy agradable), algunos de ellos tienen una ingesta diaria permitida muy pequeña, (para no generar efectos secundarios molestos, como la diarrea), y lograr un producto medianamente sabroso y absolutamente seguro para un diabético se convierte en algo muy complejo. Además estos edulcorantes no aportan poder anticongelante alguno, por lo que no es posible hacer helados solo con ellos.

Necesitaríamos tener un médico o un nutricionista al lado para saber que productos usar para no dañar su salud y un químico o ingeniero en alimentos para lograr el correcto balanceo de nuestro helado. (*Vea la nota Helados "apto diabéticos"*)

Con respecto a los productos aptos para celíacos<sup>2</sup> o sin TACC, tampoco el tema es tan sencillo, si bien es cierto que en heladería artesanal no se usan harinas, hay ciertos productos que pueden presentar rastros de gluten. (*Vea la nota Helado "apto celíacos"*)

¿Qué cuestiones deberíamos considerar antes de intentar elaborar este tipo de helados?

**La Legislación:** Debemos recordar que en cada país hay leyes que regulan los alimentos, y como se denominarán o determinan que se puede utilizar y que no. Y varía de país en país lo que tiene que ver con la denominación "diet", "light", etc.

Y cuando se trata de alimentos para satisfacer necesidades alimentarias de personas que presentan estados fisiológicos particulares, que apuntan a satisfacer necesidades especiales de personas con problemas de salud, como los antes mencionados en muy estricta.

Puede ver la sección: *Códigos Alimentarios*

**El mercado:** Cada uno evaluará su mercado, no es necesario contratar a alguien para hacer una estadística de celíacos en su zona de influencia, bastará tener en cuenta la cantidad de consultas respecto al producto que tenga en el mostrador.



Es interesante tomar en cuenta que se calcula que hay una prevalencia (proporción de personas que sufren la enfermedad con respecto al total de la población en estudio), de 1 de cada 100 individuos con Celiaquía.

Con respecto a la diabetes, se calcula que afecta a un 5 a 6% de la población, y es mucho mas frecuente que alguien que la padezca o un familiar pregunte por la posibilidad de obtener aunque sea un solo sabor de helado apto para diabéticos.

**Factibilidad:** Muchos heladeros artesanales, especialmente los que llevan muchos años en este oficio, gustan de preparar sus propios neutros y bases. Probablemente se resistan a comprar un producto semi-elaborado, en ese caso deberían asesorarse muy bien, consultando con profesionales, para lograr un producto que cumpla con todos los requisitos de un producto seguro.

Si ese no es su caso, una solución es recurrir a un proveedor de absoluta confianza, que le ofrezca una base específica para cada producto. Estas bases por lo general solo requieren el agregado de leche descremada o frutas naturales, y cada vez se ofrece una mayor variedad de sabores.

Otra alternativa es la de revender helado envasado, rotulado apto diabético o apto celiaco, de empresas serias que cumplen todas las normas legales y tienen equipos dedicados al desarrollo de estos productos.

En fin, la realidad nos indica que es necesario evolucionar y estar al tanto de las nuevas demandas del mercado, pero buscar la forma de satisfacer a la mayor cantidad posible de clientes no significa necesariamente complicarse la vida.

La industria hoy ofrece muchas opciones, de modo que sin dejar de ser heladeros artesanales, se puede ofrecer un producto apto para personas con necesidades nutricionales especiales.

Piénselo, tal vez abra una oportunidad nueva para su negocio, los clientes agradecidos.

No se limite a pedir una base diet a su proveedor habitual, lea cuidadosamente la etiqueta y asegúrese de que cumpla con los requisitos legales, por ejemplo: para celíacos debe tener el sello de SIN TACC

---

<sup>1</sup>**Diabetes:** Es muy complejo definir exactamente o en términos médicos, pero básicamente el organismo de la persona diabética no puede procesar los azúcares, por lo que deben regular la cantidad y tipo de azúcares, o consumir alimentos libres de todo tipo de azúcar.

<sup>2</sup>**Celiaquía:** Intolerancia permanente a proteínas contenidas en el gluten de: trigo, avena, cebada y centeno. Estas afectan directamente al intestino delgado, impidiendo la absorción de los nutrientes. Existe una predisposición genética a padecerla, pero no siempre se manifiesta clínicamente.

**Autor:** Sergio R. Mantello

*Mundohelado Argentina*

www.mundohelado.com.ar