



NOTAS SOBRE MATERIAS PRIMAS

YOGUR – EL YOGUR Y LOS ALIMENTOS PROBIÓTICOS

A finales de la década del 80 y en especial en la década del 90 se incrementó el interés en productos alimenticios que además de nutrir, ayudaran al mantenimiento de la salud y que ejercieran a la vez efectos terapéuticos. Los alimentos probióticos contienen cultivos vivos activos que ayudan a mantener la flora intestinal y evitan la proliferación de bacterias nocivas.

Como los alimentos inciden mucho en los estilos de vida de las personas, las empresas del sector desarrollan nuevos métodos de procesamiento y lanzan nuevos productos al mercado. Las empresas, desde sus departamentos de investigación y desarrollo orientan los avances tecnológicos para satisfacer las necesidades de los distintos segmentos de consumidores. Es así que recurren con mayor frecuencia a las biociencias y a la investigación nutricional y médica.

Actualmente se acepta como definición de probiótico a un microorganismo vivo cuya ingestión es beneficiosa para la salud. Principalmente, son bacterias ácidas lácticas, llamadas así por producir ácido láctico y la mayoría se incluyen en los géneros Lactobacillus o Bifidobacterium.

El concepto de utilizar especies de Lactobacillus para el tratamiento y prevención de enfermedades, así como para restaurar y mantener la salud, no es un concepto nuevo. Sin embargo, recientemente el interés por el uso de probióticos se ha renovado, entre los consumidores y la prensa. Los probióticos se utilizaron con fines terapéuticos para mejorar la inmunidad, reducir el colesterol, tratar la artritis rumatoidea, prevenir el cáncer, mejorar la intolerancia a la lactosa y reducir los efectos de la diarrea y la constipación, así como la candidiasis e infecciones urinarias.

Para que los lactobacilos sean organismos probióticos efectivos, deben cumplir con una serie de requisitos.

Entre ellos citamos:

- Habilidad de adherirse a las células.
- Excluir o reducir la adherencia patógena.
- Persistencia y multiplicidad.
- Producir ácidos, peróxido de hidrógeno y bacteriocinas antagonistas al crecimiento patógeno.
- Ser segura y, por ende, no invasiva, no carcinogénica y no patogénica.
- Coagregar y formar una flora balanceada.

Algunas de las cepas que cumplen con estos requisitos son:

- Lactobacillus acidophilus NCFM (Rhodia, EE.UU.)
- Lactobacillus acidophilus NCFB 1748.
- Lactobacillus acidophilus LA1 (al cual se lo renombró como Lactobacillus johnsonii LJ1 -comercializado por Nestlé, Suiza).
- Lactobacillus casei Shirota (Yakult, Japón).
- Lactobacillus casei CRL431 (Chr. Hansen, EE.UU.).
- Lactobacillus fermentum RC-14 (Urex, Canadá).



- Lactobacillus casei DN114 (Danone, Francia).
- Lactobacillus crispatus CTV05 (Gynelogix, EE.UU.).
- Lactobacillus reuteri MM53 (BioGaia, Suecia).
- Lactobacillus rhamnosus GG (Valio, Finlandia).
- Lactobacillus rhamnosus GR-1 (Urex, Canadá).
- Lactobacillus plantarum 299V (producto de Probi, Suecia).

Fuentes:

El mundo de la Leche. Pascual Mastellone.

Tecnología de alimentos. Charley.

Alimentos y nutrición. Rolando Salinas. Editorial El Ateneo.

Introducción a la bioquímica y tecnología de los alimentos. Cheftel.

Autor: Lic. Daniel Pottí

Mundohelado Consulting España

<http://www.mundoheladoconsulting.com/>