

Granotec

La fortificación de lácteos

Lic. María Bidone - Desarrollo Técnico Comercial de Granotec Argentina S.A



Existe una creciente demanda por parte de consumidores que no tienen su salud especialmente comprometida, pero que encuentran que su estilo de vida se regenera o se potencia con la incorporación de ciertos ingredientes de los alimentos. Una dieta balanceada asegura una ingesta adecuada en energía y nutrientes. El problema actual es que en general tenemos una dieta poco variada, desequilibrada, mientras que el ritmo de vida es cada vez más agitado y deja menos tiempo para dedicar a una correcta alimentación.

La preocupación de los consumidores por su salud ha hecho que las empresas lácteas dediquen gran parte de sus recursos a la investigación de productos más saludables. Se trata de una tendencia de mercado que apunta hacia el enriquecimiento de la leche y sus derivados con vitaminas, minerales, fitoesteroles, omega 3, prebióticos, probióticos, entre otros.

Niños y adultos no consumen las cantidades recomendadas

Una buena alimentación incluye los aportes diarios de proteínas, calcio, grasas, hidratos de carbono o fósforo,

El mercado de la alimentación responde en los últimos años a tendencias claras entre las que se destaca la búsqueda de la salud y el bienestar como la más importante. En la actualidad se reconoce que el alimento es necesario para el sustento pero también para el desarrollo físico y mental, y que desempeña un papel clave en la calidad de vida.

que suministran la leche y sus derivados. Además, los productos lácteos -junto con una dieta y hábitos saludables- son factores clave en la prevención de enfermedades óseas, cardiovasculares y metabólicas. La mayoría de los niños, especialmente después de los tres años de edad, no consumen suficiente leche o productos lácteos, como queso y yogur. Debido a ello es casi imposible cubrir los requerimientos de calcio del organismo.

La adolescencia constituye la época más crítica para el fortalecimiento de los huesos. En las niñas, el 95% del calcio total del organismo se acumula antes de los 17 años de edad, lo que significa que una adolescente que no haya absorbido suficiente calcio antes de los 17 años está destinada a ser un adulto con menos de la cantidad normal de calcio en sus huesos y esto, obviamente, la hará más vulnerable a sufrir osteoporosis en el futuro.

El calcio tiene una enorme importancia para diversas funciones metabólicas, entre ellas regula el ritmo cardíaco; interviene en la transmisión de los impulsos nerviosos y en la contracción de los músculos; mantiene la salud de los huesos y los dientes; permite la correcta coagulación de la sangre; es indispensable para la función celular; favorece al funcionamiento del sistema inmunológico; es fundamental para el buen funcionamiento del sistema respiratorio.

Es recomendable el consumo elevado de productos lácteos ricos en calcio en cualquier etapa de la vida. La leche enriquecida en calcio es un concepto de alimento funcional que se basa en la alta biodisponibilidad del calcio en este alimento, asociado al efecto positivo que puede ejercer una alta ingesta del mismo en el crecimiento y fortalecimiento de huesos y dientes.

El calcio es una parte importante de nuestros huesos, su falta continuada, junto a otros factores como la edad y el sexo, entre otros, es una de las causas más

frecuentes de la osteoporosis. Esta enfermedad produce la pérdida de masa ósea y por tanto de densidad de los huesos, provocando que éstos se vuelvan frágiles y que como consecuencia aparezcan las tan temidas fracturas.

Como se mencionó, la etapa de adolescencia y juventud es un momento crucial para cubrir las necesidades diarias de calcio. Pero estas necesidades también se incrementan en el embarazo y la lactancia, y en las mujeres a partir de los 40 años por problemas de menor absorción. Por otra parte, una buena absorción del calcio está unida a la presencia de la vitamina D, que actúa como elemento de transporte del calcio desde el intestino donde se produce la absorción.

Además del enriquecimiento con calcio, existen lácteos con el agregado de otros ingredientes dirigidos a personas que puedan tener necesidades especiales, como las embarazadas, deportistas, adultos o personas con determinadas intolerancias. Así, se pueden encontrar leches sin colesterol, recomendadas para aquellos que poseen problemas de vasos sanguíneos y corazón; leches fermentadas con procesos innovadores, como *Lactobacillus casei* que regenera la flora intestinal y refuerza la inmunidad del organismo; y leches descremadas con agregado de fibra soluble o con omega-3.

Información científica señala que el consumo diario de leche enriquecida con omega 3 ayudaría a bajar hasta en un 15% los valores de colesterol malo o LDL. De allí que a partir de los resultados de estos estudios se recomienda beber este tipo de leches adicionadas con ácidos grasos esenciales para prevenir enfermedades cardiovasculares, una de las principales complicaciones de la hipercolesterolemia.

Ingredientes saludables de Granotec

Las líneas GranoLife, GranoVit y Bioactiva acompañan el interés de los consumidores en incorporar ingredientes más saludables a sus alimentos.

GranoLife son mezclas de ingredientes funcionales que aportan diferentes beneficios según la condición de salud deseada:

GranoLife CV, Salud Cardiovascular: ayuda a equilibrar los niveles de colesterol, reducir los triglicéridos en la sangre, la presión arterial y mejorar la salud del corazón.

GranoLife CP, Control de Peso: permite reducir calorías, producir sensación de saciedad, favorecer la pérdida de grasa corporal y contribuir a acelerar el metabolismo.

GranoLife GI, Diabetes: reduce los niveles de azúcar en sangre, otorga energía de larga duración y reduce las calorías en la dieta.

GranoLife SM, Salud Mental: estimula la memoria, la concentración y los llamados de alerta.

GranoLife SO, Salud Ósea: fortalece los huesos, dientes y colabora en la reducción de la osteoporosis.

GranoLife SV, Salud Visual: contribuye a prevenir enfermedades oculares.



GranoLife SD, Salud Digestiva: favorece la digestión, combate el estreñimiento y mejora el tránsito intestinal
GranoLife Be, Belleza: previene el envejecimiento, contribuye al mantenimiento físico y cosmético y brinda soluciones específicas para el embarazo y la menopausia, entre otros beneficios.

GranoLife En, Energía: contribuye a la estimulación y equilibrio de los estados de ánimo y colabora a combatir el cansancio, la ansiedad e insomnio.

Bioactiva, es la línea de ingredientes saludables como:
Prebióticos: fibra soluble (inulina) que promueve el desarrollo de bacterias benéficas en el sistema digestivo contribuyendo a la absorción de calcio.

Extractos Naturales: isoflavonas de soja, arándano, granada, manzana, manzanilla, té verde, tilo, uva, guaraná. Fitoesteroles que contribuyen a reducir el colesterol.

GranoVit, mix de nutrientes a base de vitaminas liposolubles A, E y D, vitaminas hidrosolubles: C (Acido Ascórbico), B1 (Tiamina), B2 (Riboflavina), B3 (Niacina), B5 (Acido Pantoténico), B6 (Piridoxina), B9 (Acido Fólico), B12 (Cianocobalamina), Biotina, y minerales como hierro, sodio, calcio, potasio, magnesio, fósforo, entre otros.

La sociedad está cada día más conciente de la necesidad de combatir las enfermedades crónicas no transmisibles, y de la relación entre éstas y una adecuada alimentación. La industria alimentaria debe seguir apoyando e incentivando el consumo de nutrientes beneficiosos para la salud, a partir de la investigación y el desarrollo de nuevos ingredientes mediante la incorporación del avance de la ciencia y del uso de tecnología de punta actualmente existente para lograr la obtención de alimentos saludables que brinden una solución a la salud y la nutrición de las personas.