



Ciudad de México, a 23 de enero de 2017

## COMUNICADO DE PRENSA

### ELABORAN POLITÉCNICOS COLACIÓN QUE PROVEE NUTRIMENTOS ENTRE COMIDAS

- **La mezcla de carne de borrego, nopal, chía e inulina aporta la energía necesaria y complementa la alimentación**

#### **C-039**

Contribuir a mejorar la calidad nutricional de la dieta diaria es la finalidad de los estudiantes del Instituto Politécnico Nacional (IPN), quienes elaboraron una colación a base de carne de borrego, nopal, chía e inulina, la cual provee los nutrimentos y la energía que el organismo requiere entre comidas.

El alimento desarrollado en la planta de carnes de la Escuela Nacional de Ciencias Biológicas (ENCB) por los estudiantes Ana Karen Deseusa González, Ángel Hernández Hernández, José María Vargas Ramírez y Ana Karen Ulloa Márquez, complementa la alimentación, pero no sustituye las comidas principales.

Los politécnicos señalaron que una colación debe incluirse a la mitad de la mañana o de la tarde, entre los intervalos de cada alimento fuerte, así que la función del producto que elaboraron es reponer la energía consumida después del desayuno o de la comida, pero sin quitar el apetito para ingerir las raciones principales.

Eligieron la carne de borrego para diversificar su uso, por ser un alimento especialmente rico en proteínas de alto valor biológico, es decir, que contiene todos los aminoácidos esenciales que necesita el organismo y que no puede sintetizar por sí mismo, también tiene vitamina B, zinc, hierro y fósforo.



La carne de ovinos es una importante fuente de proteínas, vitaminas y minerales de alta calidad. Sus proteínas son nutricionalmente completas, con los 8 aminoácidos esenciales en cada ración.

En tanto, la chía posee antioxidantes, calcio, hierro, potasio, así como todos los aminoácidos esenciales. Es la fuente vegetal con mayor contenido de ácidos grasos (omega 3), por ello esta pequeña semilla ayuda a mejorar la salud cardiovascular, aumentar la inmunidad, mejorar la movilidad y funcionamiento de las articulaciones y, al igual que el nopal y la inulina, es una importante fuente de fibra, así que la colación también contribuye a mantener saludable el aparato digestivo.

Los alumnos de octavo semestre de Ingeniería Bioquímica refirieron que para no alterar el sabor del producto, prescindieron del uso de conservadores. Una vez mezclados los ingredientes elaboraron las bolitas de carne, las hornearon y posteriormente las empacaron al vacío. La porción individual contiene 100 gramos del producto (10 bolitas de 10 gramos cada una).

La colación politécnica se conserva en buen estado hasta por tres semanas en refrigeración y, por ser una buena fuente nutrimental, los estudiantes planean producirla a gran escala para deleite de los consumidores.



Instituto Politécnico Nacional  
"La Técnica al Servicio de la Patria"

DIRECCIÓN GENERAL  
Coordinación de Comunicación Social

## Becas IPN, fortaleza institucional

Más de mil 600 profesores del Poli contaron, en 2016, con el apoyo del Sistema de Becas por Exclusividad (SIBE) y dos mil 100 estudiantes con la Beca de Estímulo Institucional de Formación de Investigación (BEIFI)

#DejaHuella

Tus logros son nuestros logros



"La Técnica al Servicio de la Patria"  
Coordinación de Comunicación Social



===000===