



Comunicado 440
Ciudad de México, 19 de noviembre de 2018

BEBIDA DE HABA REDUCE NIVELES DE COLESTEROL, TRIGLICÉRIDOS Y GLUCOSA

- ***Este alimento funcional fue elaborado en la Escuela Nacional de Ciencias Biológicas***
- ***Se realizaron pruebas biológicas en ratones con dieta hipercalórica y alta en colesterol para determinar su efecto***

Científicos del Instituto Politécnico Nacional (IPN) diseñaron y elaboraron una bebida adicionada con hidrolizados proteicos de haba con sabor a café para reducir niveles de colesterol, triglicéridos y glucosa, de la cual se probó su efecto biológico *in vivo*.

A este alimento funcional se le realizaron pruebas biológicas en ratones con dieta hipercalórica y alta en colesterol con la finalidad de determinar el efecto de su consumo sobre la reducción de los niveles de colesterol, glucosa o de lipoproteínas LDL y HDL, comentaron los creadores Cristian Jiménez Martínez y Luis Sergio Muñoz Carrillo de la Escuela Nacional de Ciencias Biológicas (ENCB).

“Fue un experimento que duró sólo siete días (preliminar), sin embargo, sí se observó la disminución de los niveles de colesterol, triglicéridos y glucosa, lo que puede indicar el efecto benéfico que tiene el hidrolizado proteico de haba”, aseguró Muñoz Carrillo, ya que la concentración de glucosa se redujo en 47 por ciento, al igual que los triglicéridos y colesterol.

Esta bebida contribuirá a que los altos niveles de colesterol y triglicéridos conocidos como dislipidemia disminuyan, ya que lo padecen la mitad de los mexicanos de acuerdo con el Instituto Nacional de Cardiología “Ignacio Chávez”.

Por otro lado, la Encuesta Nacional de Salud refiere que la tendencia ascendente en niveles elevados de glucosa se presenta principalmente en el rango de 20 a 29 años, la cual origina la diabetes, considerada como la primera causa de muerte en México.

Para descartar el efecto de otros componentes adicionados o, bien, la sinergia de éstos, se utilizaron varios grupos de animales de prueba. Al primer grupo sólo se le dio el hidrolizado de haba, al segundo se le aplicó la bebida de haba con sabor a café, esto para descartar cualquier efecto atribuible a los componentes, señaló el profesor politécnico.



En la elaboración de este producto se utilizaron diferentes aditivos (espesantes, estabilizadores y edulcorantes) con base a los parámetros sensoriales y tecnológicos necesarios para obtener las mejores características.

Para el diseño de la bebida primero se seleccionan las semillas de haba, se reducen de tamaño hasta obtener una harina fina, a la cual se le elimina la grasa. Con esta harina se prepara una solución a la que se ajusta el pH para solubilizar la mayor cantidad de proteínas, las cuales son liofilizadas para obtener un polvo fino con alto contenido proteico.

“Lo importante de esta acción es fragmentar esa proteína en pequeños péptidos que tienen actividad biológica, los cuales se relacionan con la disminución del colesterol, hidrólisis y la glucosa”, explicó Luis Sergio.

Finalmente se escogió como edulcorante la *sucralosa* para ofrecer un producto de bajo nivel calórico. La consistencia de esta bebida es similar a la de la leche y se recomienda tomarla fría.

La científica Jiménez Martínez, asesora de la investigación, aconsejó consumir la bebida con una buena dieta. “La cantidad que se suministró a los ratones fue proporcional a su peso corporal. Para un ser humano se aconseja consumir mínimo 200 mililitros al día”, detalló y agregó que hay un respaldo científico, así como estudios que corroboran que se trata de un alimento funcional.

--o0o--