

Yamila Lemes, Josefa Pereira y Ma. Elisa Sena

Tutora: Prof. Agda.Lic.Nut. Flavia Noguera^{1*} Cotutora: Asist.Lic.Nut. Ivanna Aude¹

¹ Departamento de Alimentos, Escuela de Nutrición, Universidad de la Republica, Montevideo, Uruguay * flabelem@gmail.com

INTRODUCCIÓN

El estudio del calcio y los componentes facilitadores de su absorción, son fundamentales en las bebidas vegetales (BV) a base de cereales, frutos secos, leguminosas y coco, debido al aumento de consumo y la presencia en el mercado de éstos alimentos.

OBJETIVO

Conocer la cantidad y tipo de calcio y los componentes facilitadores de su absorción en las bebidas vegetales comercializadas en la ciudad de Montevideo en el período 2019-2020.

METODOLOGÍA

Se realizó un estudio cuantitativo y descriptivo a partir de la base de datos elaborada en el trabajo final de investigación "Calcio en bebidas vegetales industriales y leche de vaca fluida: análisis y comparación en un estudio descriptivo".

La muestra fue de 49 bebidas vegetales. Se estudiaron las variables cantidad de calcio, tipo de calcio, cantidad de facilitadores y tipo de facilitadores (proteínas, lípidos, vitamina C y D), según ingrediente base y adición de calcio, declarados en el rotulado nutricional y en la lista de ingredientes.

Se calculó la media, desvío estándar, coeficiente de variación para el análisis de los datos, se aplicaron test de Student, ANOVA y correlación de Pearson.

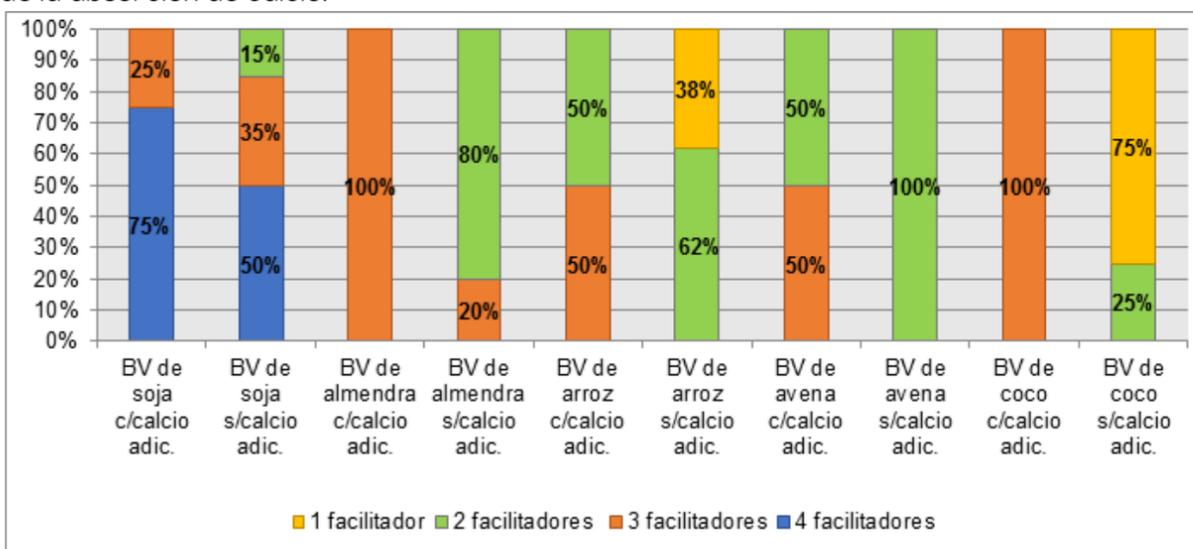
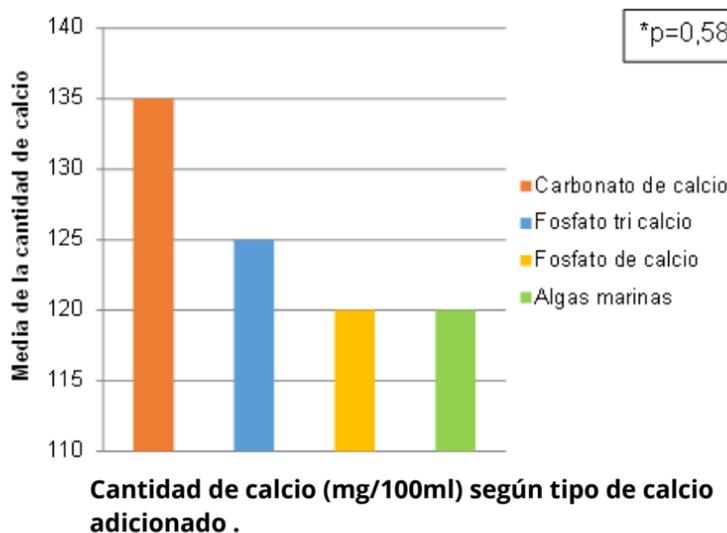
RESULTADOS

El 31% de las BV fueron adicionadas con calcio, siendo el contenido promedio de 128,3 mg.

Los tipos de calcio utilizado para adicionar fueron: carbonato de calcio, fosfato de calcio, algas marinas Lithothanium calcerum y fosfato tri calcio.

Según ANOVA la cantidad de calcio de las BV no difiere según el tipo de calcio adicionado.

Las BV de la base de datos fueron elaboradas a partir de cinco ingredientes base: soja, almendras, coco, arroz y avena. Las bebidas de sojas fueron las únicas que presentaron los cuatro componentes facilitadores de la absorción de calcio.

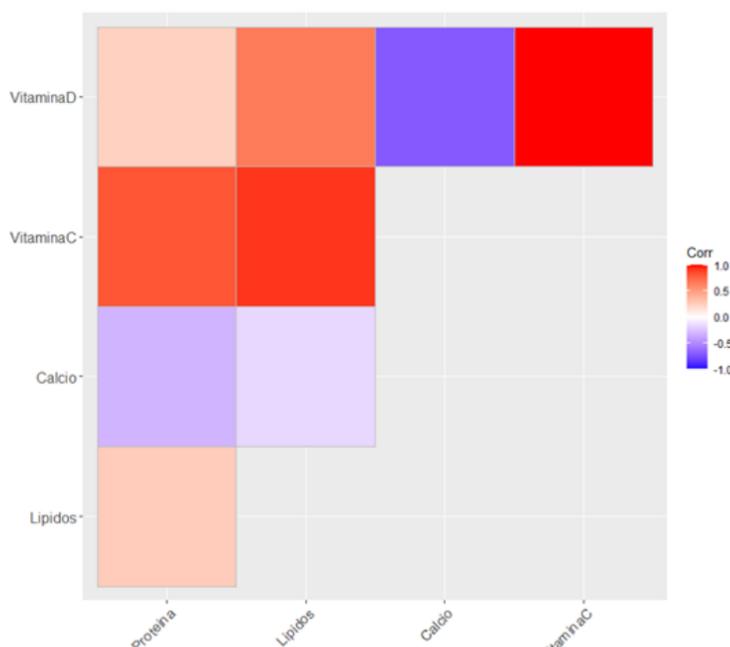


Cantidad de componentes facilitadores de la absorción del calcio presentes en las bebidas vegetales según ingrediente base y adición de calcio.

El facilitador vitamina D fue el que se encontró en mayor cantidad en las bebidas adicionadas con calcio, los demás facilitadores no presentaron diferencia estadísticamente significativa.

El contenido de los facilitadores lípidos y proteínas fue mayor para las bebidas a base de coco y soja respectivamente, según ANOVA estadísticamente significativa.

Según la correlación de Pearson la asociación es negativa entre la cantidad de calcio y la cantidad de vitamina D, estadísticamente significativa.



Correlación lineal de Pearson entre cantidad de calcio y cantidad de componentes facilitadores presentes en las bebidas vegetales.

CONCLUSIONES

La cantidad de calcio adicionado en las bebidas vegetales no difiere según el tipo de calcio utilizado. Todas las bebidas vegetales presentaron componentes facilitadores de la absorción de calcio. Un mayor contenido de calcio no implica un mayor contenido del facilitador vitamina D.

