

Ciencia y tradición se unen en innovador pan de masa madre con harina de poroto

ESTUDIO LOCAL. Proyecto liderado por investigadores de la Universidad Católica de Temuco busca mejorar la calidad nutricional de uno de los alimentos más consumidos en Chile y en la Región, mediante fermentación natural y legumbres.

Carolina Torres Moraga
 carolina.torres@australtemuco.cl

Un alimento cotidiano, presente en desayunos, almuerzos y onces de millones de personas, fue el punto de partida de una innovadora investigación desarrollada en La Araucanía. Se trata del pan, protagonista de un proyecto liderado por académicos y egresados de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad Católica de Temuco (UCT), quienes lograron desarrollar un pan de masa madre enriquecido con harina de poroto común.

El estudio, recientemente publicado en la revista científica Archivos Latinoamericanos de Nutrición (ALAN), abordó el desarrollo y evaluación sensorial de este producto, combinando biotecnología alimentaria, fermentación natural y conocimientos vinculados a la alimentación tradicional.

La investigación fue liderada por la bióloga-nutricionista, doctora en Recursos Naturales y académica de la UCT, Sharon Viscardi, italiana vecindada en Temuco hace más de una década, junto a los nutricionistas Priscila Da Fonseca, Christoffer Ojeda y Carla Rodríguez, quienes iniciaron este trabajo cuando aún eran estudiantes de pregrado.

“Este proyecto deriva de una tesis de pregrado desarrollada en contexto pandémico. Hoy ellos son colegas y coautores de la publicación. Como ca-



“La fermentación y las legumbres son herramientas muy potentes para avanzar hacia sistemas alimentarios más sostenibles”.

Dra. Sharon Viscardi,
 investigadora y académica UCT

rrera siempre hemos trabajado mucho desde la metodología de aprendizaje y servicio, pensando en proyectos con sentido comunitario y territorial”, explicó Sharon Viscardi.

La investigadora destacó que el corazón de la iniciativa estuvo en conectar ciencia y alimentación con la vida cotidiana de las personas. “Queríamos mejorar un alimento que está en la mesa de todos los chilenos y chilenas, como es el pan, y proponer una alternativa más funcional usando harina de poroto y fermentación con masa madre”, señaló.

Entre los principales aportes del estudio se destaca la mejora del perfil nutricional del pan, asociado a un menor índice glicé-



ENTRE LAS VENTAJAS DESTACAN LA MEJORA NUTRICIONAL DEL PAN ASOCIADO A UN MENOR ÍNDICE GLICÉMICO, MAYOR APORTE DE AMINOÁCIDOS Y OTROS.

cémico, mayor aporte de aminoácidos y una mejor biodisponibilidad de minerales, producto del proceso de fermentación.

La investigadora explica que la fermentación no solo permite transformar el alimento, sino también potenciar su valor funcional. “La fermentación y las legumbres son herramientas muy potentes para avanzar hacia sistemas alimentarios más sostenibles”, indicó Viscardi.

MICROORGANISMOS

Uno de los aspectos centrales

del estudio fue el uso de fermentación natural mediante masa madre, proceso impulsado por microorganismos beneficiosos.

“Durante la pandemia pensamos mucho en los microorganismos como agentes que enferman, pero vivimos rodeados de microorganismos que son fundamentales para la vida y también para la alimentación”, afirmó la investigadora.

Viscardi explicó que la fermentación no solo permite obtener el producto final, sino

también generar compuestos que podrían favorecer la microbiota intestinal.

“El producto fermentado no existe sin esos microorganismos. Gracias a ellos se producen biocompuestos y procesos que ayudan a mejorar la calidad nutricional del alimento”, sostuvo.

La académica indicó que esta línea de trabajo se conecta con investigaciones internacionales sobre microbiota, fermentación y salud humana, además de proyectos relacionados con microbiomas de suelo y agricultura sustentable.

El estudio incorpora además un componente territorial relevante, a través del trabajo colaborativo con la Longko Juana Collinao Jineo y la Comunidad José Manuel Millapan Dos, en La Araucanía.

En estos espacios se han desarrollado iniciativas vinculadas a alimentación saludable, sostenibilidad y valorización de productos locales desde una mirada intercultural basada en el “küme mogen”, o buen vivir.

Para el equipo investigador, el objetivo no es únicamente desarrollar un alimento innovador, sino aportar a cambios concretos en la alimentación cotidiana. “Queremos generar soluciones alimentarias que tengan pertinencia territorial, valor nutricional y potencial impacto en salud. El objetivo es que estos cambios puedan llegar a la mesa de las personas”, concluyó la doctora Sharon Viscardi. ☞