LITORALPRESS

Fecha: 01-08-2025
Medio: El Austral de la Araucanía
Supl. : El Austral de la Araucanía
Tipo: Columnas de Opinión
Título: Columnas de Opinión: El arándano chileno puede ser aún más saludable

Pág. : 8
Cm2: 234,1
VPE: $ 363.762

Tiraje: 8.000
Lectoría: 16.000
Favorabilidad: No Definida

C

Columna

Carolina Parra Palma,
profesora Universidad Autónoma de Chile &
Ciencia e Innovación para el Futuro

El arándano chileno puede ser aún más saludable

El arándano es mucho más que un fruto bonito y sabroso. Detrás de ese pequeño tesoro azul que alegra nuestros veranos y desayunos se esconde un enorme potencial para la salud, y en Chile tenemos una oportunidad única para aprovecharlo. No solo somos el tercer productor mundial de arándanos, también contamos con el capital humano y científico para que este fruto sea, además, una fuente mejorada de bienestar.

Desde hace años, mi trabajo se ha centrado en estudiar cómo los compuestos naturales de los berries, en particular del arándano, pueden beneficiar nuestra salud intestinal y potenciar nuestra defensa antioxidante. Y hoy, gracias a la investigación que realizamos en la Universidad Autónoma de Chile, en Talca, sabemos que es posible dar un paso más allá: mediante el uso de hormonas vegetales naturales, como el ácido abscísico y el metil jasmonato, podemos mejorar las propiedades nutricionales de los arándanos después de la cosecha.

Hablamos de un fruto que, además de ser rico en antioxidantes también tiene propiedades prebióticas.

Esto es importante porque hablamos de un fruto que, además de ser rico en antioxidantes como antocianinas y compuestos fenólicos –los mismos que le otorgan su color característico–, también tiene propiedades prebióticas. Es decir, puede nutrir y favorecer nuestra microbiota intestinal, esa comunidad invisible de bacterias que juega un rol clave en la digestión, el sistema inmune y la prevención de enfermedades.

En la Región del Maule, de donde provengo y donde realizamos esta investigación, la salud intestinal es un tema urgente. Tenemos una de las tasas más altas de cáncer gastrointestinal del país, y sabemos que mantener una microbiota sana es fundamental para prevenir no solo este tipo de patologías, sino también enfermedades crónicas como la diabetes o trastornos inflamatorios.

Nuestra investigación busca potenciar este fruto sin alterar su sabor, su textura ni su frescura. Las fitohormonas que aplicamos en postcosecha son inocuas, están aprobadas por organismos internacionales y, a diferencia de muchos conservantes artificiales, son parte natural del metabolismo de la planta. De hecho, el ácido abscísico, conocido como la hormona del estrés, es clave para que el fruto enfrente condiciones adversas como la sequía o el ataque de patógenos, desafíos cada vez más frecuentes debido al cambio climático.

Pero este trabajo no ocurre solo en los laboratorios. En las provincias del Maule, especialmente en Cauquenes, una de las zonas más pobres del país, nuestros arándanos son también una fuente de empleo y desarrollo local. Conversar con los productores, explicarles lo que buscamos y ver su interés por innovar es quizás tan gratificante como los resultados en el microscopio.

Hoy, más que nunca, necesitamos soluciones que combinen salud, ciencia y sostenibilidad. Si logramos que nuestros arándanos duren más, conserven sus beneficios y lleguen en óptimas condiciones tanto a las mesas chilenas como a los mercados internacionales, estaremos no solo fortaleciendo nuestra agricultura, sino también aportando a la salud pública y a la economía regional.

La invitación es simple, pero poderosa: sigamos apostando por una alimentación natural y consciente. Y recordemos que, en cada pequeño arándano, hay mucho más que sabor: hay ciencia, salud y futuro.