LITORALPRESS

Fecha: 09-06-2020
Medio: La Cuarta
Supl. : La Cuarta
Tipo: Actualidad
Título: **Porotos y lentejas se peinan en la era del Covid-19: récord de ventas**

Pág. : 8
Cm2: 603,0
VPE: $ 3.025.903

Tiraje: 62.309
Lectoría: 292.962
Favorabilidad: No Definida

Fabián Escobar
@lacuarta_fabian

La crisis económica que azota a nuestro país, tras la expansión del coronavirus, obligó a muchas personas a unir fuerzas a la hora de preparar almuerzos. Las denominadas ollas comunes son cada vez más habituales en la Región Metropolitana y las legumbres son parte fundamental del menú.

Es el caso de la olla común que se prepara en Villa La Zarzuela, en La Florida, donde sus organizadores aseguran que gran parte de los almuerzos se componen de lentejas y porotos. Su fácil preparación y rendimiento sitúan a estos vegetales como los preferidos en época de pandemia. "Muchas personas tenían algún paquete de legumbres guardados en sus casas y los donaron para cocinarlos entre todos. Además de rico es fácil de cocinar y hasta simbólico como una buena porotada para mantener la buena salud", comentó Sofía Alvarado, una de las organizadoras de la olla.

Cifras oficiales aseguran que en Chile se consumen 35 mil toneladas de legumbres al año, en su mayoría importadas, por lo que cada chileno se comería algo así como 2,5 kilos cada vuelta al sol. Sin embargo, con la emergencia económica se espera que este número se eleve en un 200%.

La gran demanda por legumbres, especialmente después de que buena parte del stock se asignara a las 2,5 millones de canastas de alimentos que repartirá el gobierno, provocó un inédito desabastecimiento de este alimento, a tal punto que el Ministerio de Agricultura debió pedir a Canadá 11 container, con 22 toneladas cada uno, para abastecer al comercio y a las cajas de ayuda.

"Llevamos importadas 21 mil toneladas a junio, lo que representa el 70% del año. Hace dos meses, las legumbres estaban más baratas y mucha gente dejó de consumir proteína animal, carne roja, y se vino a la proteína vegetal, especialmente los más jóvenes. Aumentó el consumo en ese rango en un 200% y por eso bajó el stock. Tuvimos un aumento espectacular en el consumo", comentó Antonio Walker, ministro de Agricultura, quien aseguró que gran parte de la nueva mercadería se irá directo a las canastas que se reparten en distintas comunas de Chile y que habían visto mermada su capacidad por la falta de porotos y lentejas.

"La gente se viene a refugiar en alimentos más nutritivos y creemos que eso es positivo dentro de la pandemia. Además, nosotros estamos comprometidos con el consumo de alimentos saludables, que muchas veces es mucho más barato que otras comidas", afirmó Walker, quien supervisó en terreno el arribo de los container al puerto de San Antonio.

El bajo stock de lentejas, garbanzos y porotos durante el último mes tuvo como consecuencia un alza en el valor de las legumbres. Según el último informe de IPC entregado el viernes, el valor de los vegetales aumentó un 0,8%, lo que obligó a las autoridades a poner ojo en los usureros que se aprovechan de la demanda para subir el precio.

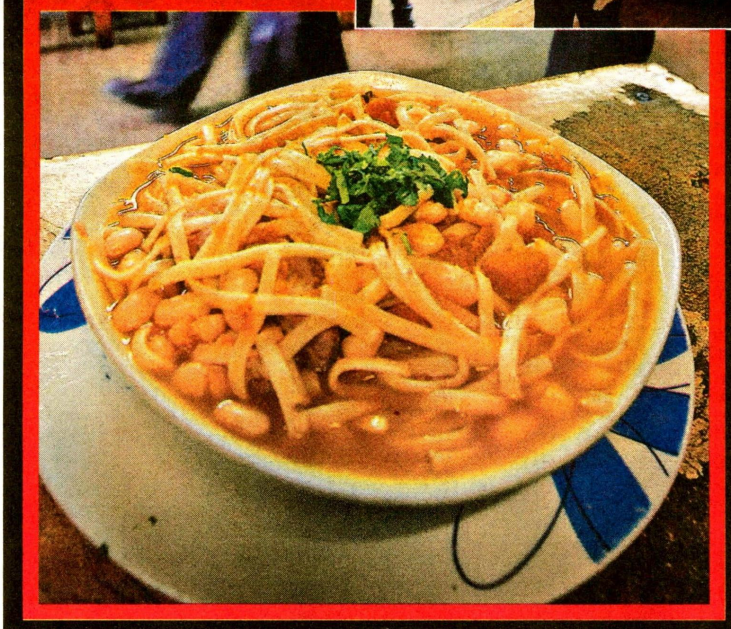
"Estamos atentos a la fiscalización y las mismas personas pueden hacerlo a través de nuestras plataformas web. La idea es que nadie se aproveche de la situación que atraviesa el país", sostuvo el mandamás de Agricultura.

CIFRA

242

TONELADAS de legumbres llegaron ayer a San Antonio para ser distribuidas en todo Chile.

El ministro Walker supervisó el arribo de 11 containers con porotos, lentejas y garbanzos.



Las legumbres se transformaron en parte esencial de la dieta de los chilenos en cuarentena.

Saludables y súper nutritivas

Las legumbres forman parte esencial de las canastas de alimento que entrega el gobierno. Cada una contiene dos kilos de porotos y uno de lentejas. Su aporte proteico fue indispensable a la hora de elaborar la ayuda social.

"Por su calidad nutritiva tiene múltiples beneficios para la salud, como reducir el colesterol, favorecen a la saciedad, a mejoran el tránsito intestinal y ayuda a controlar los niveles de azúcar en sangre. Se recomienda un consumo mínimo de 2 veces a la semana, pueden ser más y para su consumo se recomienda combinarlas junto a un cereal como arroz, fideos o papas", comentó la Francisca Guerrero Duarte, nutricionista y diplomada en nutrición en el rendimiento deportivo y salud de la PUC.

Porotos y lentejas se peinan en la era del Covid-19: récord de ventas

Las legumbres se transformaron en la dieta principal de los chilenos en cuarentena. Se estima que su consumo aumentó 200 por ciento. En 2020 se proyecta que cada chileno comerá 2,5 kilos al año.