

Fecha: 15/11/2018
Fuente: Economía y Negocios
Título: **Rescatan alimentos ancestrales de América para una dieta saludable**

Visitas: 17.909
VPE: 59.995

Favorabilidad: No Definida

Link: <http://www.economiaynegocios.cl/noticias/noticias.asp?id=521672>

Cuando los conquistadores españoles llegaron a lo que hoy es México, observaron con curiosidad que los aztecas consumían un producto que llamaban tecuicatl y que cosechaban con redes en el lago Texcoco y luego secaban hasta obtener unas especies de tortas que formaban parte esencial de su dieta. El tecuicatl no era otra cosa que microalgas verde azuladas que hoy se conocen como espirulina y que los antiguos cronistas españoles reportan que también la consumían los mayas y otros pueblos de Mesoamérica y en el vasto imperio inca. "Hay cada vez más evidencia de que los alimentos ricos en proteína que aportaron al desarrollo cerebral de nuestros ancestros no fueron proteínas animales, sino principalmente de microalgas que crecían en lagos alcalinos y de agua dulce y semillas como el amaranto o kiwicha, la chía, la quinua, el cacao, la maca o el agave", señala Salomón Shamosh, especialista en filosofía e historia de la alimentación de la Universidad Autónoma de México (UNAM) e investigador en alimentos ancestrales. Shamosh abordará el tema este sábado en el IX Congreso Mundial de Juventudes Científicas, que se inaugura hoy y culmina el domingo en la **Universidad de Santiago** (programa e inscripciones en juventudescientificas.org). Ampliando el cultivo Ricos en minerales, vitaminas, fibra, aminoácidos esenciales y ácidos grasos como omega 3 y 6, hoy se promueve su consumo como parte de una dieta más saludable y natural. "En los 90 hicimos un estudio sobre espirulina, cacao, chía y amaranto y al advertir su potencial iniciamos su rescate", dice Shamosh. En el caso de la espirulina, la contaminación del lago Texcoco hizo que terminara cultivándose en la prístina Pampa del Tamarugal, agrega. La quinua, en tanto, aumentó su precio tras ser "descubierta" en países desarrollados. Evitar que así ocurra con este y otros alimentos ancestrales, dice el experto, "pasa por masificar su cultivo". "Es mejor consumir los nutrientes directamente de los alimentos y no como suplementos o en productos enriquecidos".
SALOMÓN SHAMOSH EXPERTO EN FILOSOFÍA E HISTORIA DE LA ALIMENTACIÓN U. AUTÓNOMA DE MÉXICO



The screenshot shows the top portion of a web article. At the top left is the logo for 'ECONOMÍA Y NEGOCIOS online'. Below it is a navigation bar with links for 'Inicio', 'Noticias', 'Opiniones', 'Fondos Mutuos', 'Empresas', and 'Especial'. A secondary bar contains a search icon, a 'Fondos Mutuos' logo, and a 'FONDOS MUTUOS' label. The main content area features the article title 'Rescatan alimentos ancestrales de América para una dieta saludable' in blue, followed by the date 'Jueves, 15 de noviembre de 2018'. The author is listed as 'Pablo Luginán R.' with the affiliation 'Instituto Tecnológico de México'. A short introductory paragraph follows, mentioning the IX Congreso Mundial de Juventudes Científicas. The article text begins with 'Cuando los conquistadores españoles llegaron a lo que hoy es México, observaron con curiosidad que los aztecas consumían un producto que llamaban tecuicatl...'. The text continues with details about the discovery of ancient foods like spirulina and quinoa, and the author's role in their 'rescue' and promotion as part of a healthier diet. The article concludes with a quote from Salomón Shamosh and his title as an expert in the philosophy and history of food at the UNAM.