

Desarrollo de una bebida funcional tipo leche saborizada con adición de fibra soluble para la población diabética

* * * * *

Autores:

Ana Silvia Bermúdez

Químico, Msc. Nutrición Humana,
Universidad Nacional de Colombia
asbermudezp@unal.edu.co

Gina Alejandra Montoya

ND. Esp. en Ciencia y Tecnología de Alimentos
Escuela de Nutrición y Dietética,
Universidad de Antioquia
gamontoyap@pijaos.udea.edu.co

Palabras clave:

Leche saborizada, fibra soluble, alimento funcional, índice glicémico, diabetes tipo 2, tolerancia a la glucosa.

Resumen

El presente estudio fue diseñado con el objetivo de desarrollar una bebida hipocalórica tipo leche saborizada con adición de carboximetilcelulosa (CMC) y evaluar el efecto de su consumo sobre el índice glicémico de un grupo de personas normoglicémicas y, sobre los niveles de fructosa-

mina y glucosa preprandial en una población diabética tipo 2.

En el primer estudio biológico participaron ocho voluntarios a los que se les realizaron tres curvas de tolerancia a la glucosa (carga oral de glucosa, desayuno estandarizado con bebida sin CMC y desayuno estandarizado con bebida al 1,9% de CMC y 0,8% de inulina), encontrándose que la bebida con adición de CMC generó una respuesta del índice glicémico significativamente menor ($p = 0,093$).

En el segundo estudio biológico participaron 18 adultos diabéticos tipo 2, el grupo fue dividido aleatoriamente en dos cohortes, la cohorte control recibió 280 ml de la bebida sin adición de CMC, durante 3 semanas, la cohorte estudió la bebida con la mezcla de CMC e inulina. Al iniciar y finalizar el estudio se tomaron muestras para fructosamina y glicemia pre-prandial; encontrándose que la cohorte a estudio presentó niveles de fructosamina significativamente menores ($p=0.0185$) respecto al grupo control.

Estos hallazgos soportan la teoría de que la fibra soluble mejora la tolerancia a la glucosa.