



Alimentos Funcionales

Aumentan el Valor Agregado a las Exportaciones y Ayudan a Prevenir Enfermedades



Los alimentos funcionales son aquellos que, además de su función nutricional básica, poseen sustancias activas que benefician el organismo, promoviendo la salud y disminuyendo el riesgo de enfermedades.

Los alimentos funcionales se hacen cada vez más importantes en la sociedad actual en que vivimos, debido a que los desequilibrios alimentarios están directamente relacionados con apariciones de enfermedades. El acelerado ritmo de vida hace que las personas no tengan una alimentación equilibrada y por lo tanto, no consuman la cantidad de nutrientes adecuados.

Para que un alimento sea catalogado como funcional, es necesario que sea científicamente comprobado y que en su etiqueta esté inserto el mensaje informando los beneficios para la salud a los consumidores. Debido a la gran y creciente oferta de alimentos funcionales, es importante que los consumidores comprendan los criterios científicos que entregan beneficios a la salud para así adquirir los indicados a su conveniencia. Los alimentos funcionales compensan los desajustes alimentarios y garantizan la adecuada ingestión

de nutrientes. Asimismo, tienen un gran potencial para prevenir enfermedades no hereditarias, tales como obesidad, cáncer, diabetes, enfermedades cardiovasculares, osteoporosis y dentales. Además de la prevención, estos alimentos también aportan en aumentar las expectativas de vida, siempre y cuando haya intervenciones tempranas.

Aliados con una dieta saludable y la práctica regular de ejercicios físicos, los alimentos funcionales contribuyen a disminuir la probabilidad de muerte e invalidez por enfermedades crónicas.

Clasificación de los alimentos saludables

Los alimentos funcionales pueden ser clasificados en tres tipos:

Enriquecidos: cuando se agregan componentes o se elevan los nutrientes ya existentes en un alimento. Ejemplo: leche enriquecida con calcio.

Reducidos: cuando se elimina, reemplaza o reducen componentes que afectan de forma negativa a la salud. Ejemplo: reemplazar el azúcar o la sal.

Medicalización: cuando se añaden nutrientes que tienen propiedades altamente benéficas para el organismo, por lo que aumenta su porcentaje. La diferencia es que estos alimentos generalmente son denominados como un medicamento, por eso se restringe la cantidad de su consumo. Ejemplo: vitaminas y minerales en cápsulas.

Tabla 1: Tipos de Ingredientes

Ejemplos de algunos alimentos funcionales naturales		
Componente	Presente en	Beneficio
Antioxidante	Uvas rojas, maqui, berries	Controla radicales libres
Flavonoides	Frutas y verduras	Antiviral, antiinflamatorio, previene el cáncer
Polifenoles y Catequinas	Té	Reduce el riesgo de enfermedades coronarias y algunos cánceres
Componentes Organosulfurados	Ajo	Reduce el riesgo de cáncer
Betacarotenos y Carotenoides	Zanahoria	Protege contra rayos UV y reduce el riesgo de cáncer
Omega 3	Pescado	Protege la salud cerebral y la salud cardiovascular
Sulforatano	Brócolis	Reduce el riesgo de cáncer
Licopeno	Tomate y berries	Mantiene la visión, reduce el riesgo de cáncer a la próstata e infarto del miocardio
Luteína	Repollo, acelga, espinaca, maíz y huevos	Protege las coronarias
Betaglucano	Salvado de avena y harina de avena	Protege las coronarias
Ácidos Grasos	Nueces	Protege la salud cardiovascular
Antocianinas	Cerezas	Controla los radicales libres
Proantocianinas	Moras, manzanas, cacao, vino, maní	Tracto urinario y corazón
Ejemplos de algunos alimentos funcionales procesados		
Calcio	Leche alta en calcio, con bajo aporte de grasa	Reduce el riesgo de osteoporosis
Probióticos	Productos lácteos fermentados	Mejora la función gastrointestinal
Ácidos grasos		
Omega 3	Leche o huevos enriquecidos con Omega 3	Reduce el riesgo de enfermedad cardiovascular y mejora la visión
Flavonoides	Vino en cantidad moderada (no más de 2 vasos al día)	Contribuyen a la salud cardiovascular
Ácido Fólico	Cereales con agregado de ácido fólico	Reduce el número de casos de recién nacidos que nacen con espina bífida

Elaborado con contenidos del informe de Agrimundo, ODEPA y del Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos, Universidad de Chile.

Componentes de los alimentos saludables

Los componentes que determinan que un alimento sea funcional han estado

presentes en la naturaleza, sin embargo fue solo en las últimas décadas que los investigadores comenzaron a identificarlos de forma separada y a determinar los beneficios que realizan en el organismo.

En la Tabla 1 se puede verificar el principal conjunto de ingredientes naturales encontrados en los alimentos funcionales.

Principales mercados para los alimentos funcionales

Los japoneses son los grandes pioneros en el consumo de los alimentos funcionales. En la década de 1980, el aumento de la esperanza de vida y el consiguiente aumento de los gastos sanitarios hicieron que Japón planteará el proyecto de desarrollar alimentos que mejorasen la salud, bienestar y calidad de vida de los ciudadanos.

En el mercado de los alimentos funcionales, Asia Pacífico es hoy el principal mercado a nivel mundial con una participación de alrededor del 50%, seguido por los EE.UU. con un 38% y Europa con 12%.

EE.UU. representa el mercado más dinámico y de mayor proyección de crecimiento a nivel global. En Europa los principales mercados son el Reino Unido, Francia, Alemania, España e Italia, mercados con tradición en el consumo y producción alimentaria de mayor valor agregado y saludable.

Un mercado que también se muestra interesante es Australia. Sus productos alimentarios se han sofisticado en gran parte debido a la cercanía con Japón.

El mercado de Latinoamérica aún es incipiente, pero también sigue una tendencia de crecimiento.

Realidad chilena: alimentos funcionales

Según el proyecto de investigación de la Universidad de Chile, Inocuidad Alimentaria y Desarrollo de Alimentos Funcionales, la consolidación de Chile como una potencia alimentaria requiere no solo que produzca *commodities*, sino también que produzca alimentos con valor agregado e innovadores.

Chile posee un interés doble en el desarrollo de los alimentos funcionales: aumentar el valor agregado a las exportaciones de alimentos e incentivar el consumo de productos más saludables en la población. Lo anterior ayudaría a prevenir enfermedades de alto impacto en la salud pública.

En su territorio, Chile cuenta con productos con gran cantidad de nutrientes como son las frutas, hortalizas, cereales, algas, vinos, salmones, frutos secos, entre otros, los cuales pueden ser utilizados en la fabricación de alimentos funcionales.

El proyecto anteriormente mencionado cita como ejemplo el pescado, el cual es uno de alimento de pocas calorías y con una elevada concentración de proteínas de excelente calidad biológica y digestibilidad. En el caso del salmón, 100 gramos tienen alrededor de 140 Kcal y aportan cerca de 20 g de proteínas y 7 g de lípidos (40% de ácidos grasos monoinsaturados, 40% de poli-insaturados y 20% de saturados), incluyendo 40 mg de colesterol. Además el salmón es una

Menos es más!

Menos azúcar
Endulzantes naturales
Smartsweet

Menos grasa
Emulfiber Complex
Emulfiber Bio 14100

Más sabor
Nueva línea de
chocolates y vainillas

Extractos naturales
Té, yerba mate,
manzanilla y otros



SAPORITI

Nuestro mejor ingrediente es el conocimiento

SABORES COLORES FUNCIONALES NUTRICIONALES

Obispo Arturo Espinosa Campos 2676, Macul
Santiago/Chile • Tel (56) 2 2375 1040
info@gruposaporiti.com
www.gruposaporiti.com



Los productos ahumados de salmón y trucha son un ejemplo de producto funcional con alto valor agregado desarrollado en Chile.

fuelle importante de micronutrientes como la vitamina D, la B12 y la niacina, y los minerales zinc y selenio.

Los pescados son uno de los productos de exportación más importantes de Chile, en especial los salmones y truchas. En 2015 la exportación de estos productos, frescos y congelados fue de casi US\$ 3.180 millones y 432.000 toneladas, principalmente a los EE.UU. (como filete fresco o refrigerado), a Japón (entero congelado), y a Brasil (entero fresco o refrigerado).

Los productos ahumados son el principal derivado del salmón y de la trucha con valor agregado. En valor, la exportación de estos productos fue de US\$ 60.351 y de 3.740 toneladas en 2015. Este es un ejemplo de producto funcional con alto valor agregado desarrollado.

Oportunidades de los alimentos funcionales en Chile

Según un informe de Leatherhead Food Research, se prevé que el mercado mundial de alimentos funcionales llegue a US\$ 54 mil millones en 2017, lo que equivale a un aumento del 25%

en comparación con los últimos datos disponibles de 2013.

El informe menciona que los EE.UU. serían el mercado de mayor crecimiento, superando incluso a Japón en su calidad de principal mercado del mundo para los alimentos funcionales. Sin embargo, EE.UU. también es un mercado consolidado lo que podría presentar dificultades para ingresar al mercado.


Mientras tanto en Europa la situación es distinta, debido a que tiene regulaciones más estrictas respecto a las declaraciones de propiedades saludables. A pesar de aun no existir una legislación europea que regule la seguridad de los alimentos funcionales como tales, los factores sobre seguridad alimentaria ya están incluidos en las regulaciones actuales de la UE.

A corto plazo, las mayores oportunidades de Chile para la oferta de alimentos funcionales están en grandes mercados como Asia Pacífico y Latinoamérica. A pesar de la desaceleración de China y de la recesión de Brasil, estas regiones aún son sumamente importantes por

el volumen que representan y también por las posibilidades de inserción de nuevos productos funcionales.

Es importante mencionar que las ventas de alimentos funcionales son sensibles al factor precio y que algunos sectores podrían estar llegando a su madurez. Para hacer frente a estos desafíos, las empresas chilenas deben ser capaces de crear un modelo de soluciones basados en la investigación y desarrollo, sumado a la inversión, que permita elaborar alimentos de acuerdo a las necesidades de los consumidores.

Los precios de los alimentos funcionales siempre serán más elevados que los alimentos convencionales, dado el necesario aporte científico para la elaboración de los productos. Sin embargo, si la producción puede ser realizada de forma más eficiente, el producto podría llegar a un mejor precio al consumidor final, impactando positivamente en las ventas.

Mejorar los empaques, el diseño, la comunicación y controlar los procesos, siempre manteniendo la calidad, también son de suma importancia para tener estructuras sólidas y durables en el tiempo. 

World Trade Center Santiago ofrece un servicio orientado a personas o empresas que desean realizar estudios sobre diversos mercados de importación o exportación. Contamos con una alianza con el World Institute for Strategic Economic Research, un valioso recurso de estadísticas de comercio internacional. Contactarnos para más información.

WTC Santiago S.A.
www.worldtradecenter.cl