

V Congreso de alimentación, nutrición y dietética. Desafíos en comunicación, marketing y educación alimentaria.



ACADEMIA
ESPAÑOLA DE
NUTRICIÓN
Y DIETÉTICA

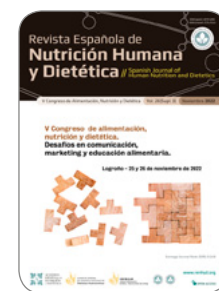


CONSEJO GENERAL
DE COLEGIOS OFICIALES DE
Dietistas-Nutricionistas



CODINULAR
Colegio Profesional de
Dietistas - Nutricionistas de La Rioja

PRESENCIAL



www.renhyd.org

RESUMEN DE PONENCIA

26 de noviembre de 2022

DIÁLOGOS CON LA INDUSTRIA

PONENCIA_1



Clasificación según el modelo NOVA de productos elaborados con surimi

Javier Cañada¹, José Luis Hurtado², Yaiza Quevedo^{3,*}

¹Director de calidad e I+D de Angulas Aguinaga, España. ²Responsable de I+D y R&D Research Center de Angulas Aguinaga, España. ³Dietista-Nutricionista, Responsable de Nutrición y Salud de Angulas Aguinaga, España.

*yquevedo@angulas-aguinaga.es

Introducción

Aunque en la actualidad no existe una norma legal que establezca una definición específica para el concepto de alimento ultraprocesado, el intento de mejoras en políticas de salud pública ha dado lugar a la aparición de distintos sistemas de clasificación de los alimentos en función de su grado de procesado¹. De todos los sistemas de clasificación propuestos, dos de ellos, el sistema NOVA y el sistema SIGA utilizan el término ultraprocesado, asociándose a productos con un perfil nutricional bajo (alta densidad energética, ricos en grasas, azúcares y sodio y baja densidad nutricional), y con un impacto negativo para la salud².

El surimi es un producto de origen japonés que aparece en unos primeros escritos del año 1115 durante el periodo Heian (790-1180)³, y se le define como proteína miofibrilar de pescado. Es importante diferenciar entre surimi (materia prima

y productos elaborados con surimi. Utilizando el modelo de clasificación NOVA, los productos elaborados con surimi entrarían en el grupo de ultraprocesados, y en consecuencia deberían tener un perfil nutricional bajo⁴.

Objetivo

El objetivo de esta revisión es verificar si los productos elaborados con surimi cumplen, según su perfil nutricional, con las características de la clasificación NOVA de productos ultraprocesados.

Metodología

Se ha establecido el perfil nutricional del surimi y los productos del surimi mediante un sistema mixto de datos de tablas de composición de alimentos: Base de Datos Española de

Composición de Alimentos (BEDCA)⁵; USDA National Nutrient Database for Standard Reference Release 28⁶; Ciqual French Food Composition Table – 2020⁷; Standard Tables of Food Composition in Japan – 2015⁸, y análisis químicos de un fabricante de surimi y productos del surimi. Se comparó con el perfil de características nutricionales de productos ultraprocesados según la clasificación NOVA.

Resultados y Discusión

Según la bibliografía consultada, los productos ultraprocesados se caracterizan por tener muy baja calidad nutricional: densidad energética alta, productos grasos, azucarados y salados, bajos en proteínas, fibra dietética y micronutrientes^{2,9}.

En cuanto al perfil nutricional de los productos elaborados con surimi, los resultados muestran que:

- Tienen una densidad energética baja (0,9 - 1,25 kcal/g).
- Presentan un bajo aporte de grasas (0,5 y 1,5 g de grasas/100 g) y de grasas saturadas (0 g y 0,46 g/100 g).
- Tienen un alto contenido de proteínas (8 g y 17 g de proteínas/100 g).
- Son fuente de omega-3 (0,025 g y 0,157 g de eicosapentaenoico/100 g; 0,044 g y 0,241 g de docosahexaenoico/100 g).
- Presentan un bajo aporte de azúcares (1,6-7 g de azúcares/100 g.)
- No aportan fibra.
- Presentan un contenido alto en sodio (500-1000 mg de Na/100 g).
- Respecto a micronutrientes, son fuente de vitamina B₁₂ (0,8 a 1,5 µg/100 g) y selenio (10,9 a 28,1 µg/100 g).

Estos resultados reflejan que el perfil nutricional de los productos elaborados con surimi no coincide con el perfil nutricional que caracteriza a los productos ultraprocesados, a excepción del contenido en sal. Existen diferentes alimentos que se utilizan de manera similar a los productos elaborados con surimi (por ejemplo, como ingredientes de ensaladas) que también presentan un alto contenido de sal; es el caso de aceitunas, queso, berberechos o jamón. En este sentido, hay que destacar que un consumo ocasional de este tipo de productos dentro de una dieta variada y equilibrada es adecuado. También cabe resaltar la importancia del papel de los dietistas-nutricionistas y expertos en nutrición en relación con la educación nutricional para la población, aportando recomendaciones de consumo como puede ser la no adición de más sal a recetas con este tipo de ingredientes.

Conclusión

Los productos elaborados con surimi, a excepción de su contenido en sodio, no coinciden con la categoría de productos ultraprocesados de la clasificación NOVA. Es importante no asociar de forma sistemática el término ultraprocesado con

alimentos de baja calidad nutricional, dado que ésta no sólo depende de la complejidad o intensidad del procesado sino de la composición del alimento final. En este sentido, los productos elaborados con surimi son adecuados para incluir en una dieta variada y equilibrada, teniendo siempre en cuenta las necesidades específicas para cada individuo y sin trasladar otros grupos de alimentos.

Es necesario seguir trabajando en la innovación y reformulación de estos productos para buscar alternativas que reduzcan el aporte de sal, así como continuar con las investigaciones relacionadas con el consumo de estos productos y su afectación en la salud humana.

conflicto de intereses

Yaiza Quevedo es dietista-nutricionista y declara trabajar como Responsable de Nutrición y Salud en Angulas Aguinaga. Javier Cañada es Director de Calidad e i+D de Angulas Aguinaga y José Luis Hurtado es Responsable de i+D y R&D de Angulas Aguinaga.

Para llevar a cabo esta candidatura, se ha utilizado como fuente el artículo realizado por la Academia Española de Nutrición Humana y Dietética, el cual nace de un Informe realizado previamente y publicado este mismo año en relación al valor nutricional del surimi y su impacto en la salud.

La Academia Española de Nutrición y Dietética percibió financiación por parte de la Angulas Aguinaga para realizar dicho Informe (conflicto de interés institucional, pecuniario), sin embargo, el personal de la Academia tuvo independencia para plantear la investigación según su consideración, así como en la generación del documento final.

referencias

- (1) Comité Científico AESAN. (Grupo de Trabajo) Talens P, Cámara M, Daschner A, López E, Marín S, Martínez JA, Morales FJ. Informe del Comité Científico de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN) sobre el impacto del consumo de alimentos "ultra-procesados" en la salud de los consumidores. Revista del Comité Científico de la AESAN. 2020; 31: 49-76.
- (2) Monteiro CA, Cannon G, Lawrence M, et al. Ultra-processed foods, diet quality, and health using the NOVA classification system. Rome, FAO. 2019. s. f.
- (3) Nozaki H, Surimi seafood industry in Japan. Presented at the 4th Surimi School Europe (September 12-14), Paris, Francia, 2005.
- (4) Baladia E, Moñino M, Miserachs M, Russolillo G. Perfil nutricional de alimentos ultraprocesados atípicos (definidos según la clasificación NOVA): el caso de los productos del surimi. 2022.
- (5) Base de Datos Española de Composición de Alimentos (BEDCA). Acceso online (20/02/2021). Disponible en: <https://www.bedca.net/bdpub/>. s. f.

- (6) USDA National Nutrient Database for Standard Reference Release 28 [base de datos]. FoodData Center. Acceso online (20/02/2021). Disponible en: <https://fdc.nal.usda.gov/index.html>. s. f.
- (7) Ciqual French Food Composition Table (2020) [base de datos]. Surimi, on sticks, in slices or grated, crab flavor. Acceso online (20/02/2021). Disponible en: <https://ciqual.anses.fr/#/aliments/26046/surimi-on-sticks-in-slices-or-grated-crab-flavour>. s. f.
- (8) MEXT Standard Tables of Food Composition in Japan - Seventh Revised Edition (2015) [base de datos]. Webpage. Acceso online (20/02/2021). Disponible en: https://www.mext.go.jp/en/policy/science_technology/policy/title01/detail01/1374030.htm. s. f.
- (9) Alimentos y bebidas ultraprocesados en América Latina: tendencias, efecto sobre la obesidad e implicaciones para las políticas públicas. Organización Panamericana de la Salud. Washington, DC : PAHO, 2015. https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/7699/9789275118641_eng.pdf?sequence=5&isAllowed=y.

V Congreso de alimentación, nutrición y dietética.

Desafíos en comunicación, marketing y educación alimentaria.

