

Achicoria: precursora de la inulina

Julio 2014

OFICINA DE ESTUDIOS Y POLÍTICAS AGRARIAS
www.odepa.gob.cl

Autor: Alfonso José Traub Ramos
Achicoria- inulina –prebiótico- alimento funcional

I. Antecedentes generales

La achicoria (*Cichorium intybus*) es una planta de cultivo anual. Algunos estudios sitúan su origen en la Europa meridional, desde donde se habría expandido al centro y este de Europa. Hoy se encuentra presente en la mayoría de los continentes, en todos aquellos lugares que reúnen condiciones edafoclimáticas apropiadas para su desarrollo.

Esta especie tiene diversas variedades, lo que determina su destino, ya sea a procesamiento o a consumo final. Se puede consumir como hortaliza, en su variedad más conocida: el radicchio; destinarla a forraje de alimentación animal o bien utilizarla industrialmente como sucedáneo del café y para la obtención de inulina. La achicoria utilizada para la producción de inulina es la variedad *Cichorium intybus L. var. sativum*, que se caracteriza por tener un alto contenido de carbohidratos. La inulina es una sustancia natural que presenta importantes propiedades prebióticas que estimulan la mantención de la flora intestinal, razón por la cual se ha venido incorporando masivamente en los alimentos funcionales y en otros productos. Estas propiedades explicarían la fuerte expansión de la producción industrial de inulina, carbohidrato no digerible que está presente en muchas hortalizas, frutas y cereales, tales como ajo, cebolla, puerro, alcachofa, plátano, trigo, topinambur, ágave, entre los más conocidos. Sin embargo, actualmente casi la totalidad de la producción mundial se extrae de la raíz de la achicoria y un bajo porcentaje es extraído del ágave y del topinambur, en los casos de México y China, respectivamente.

La inulina y sus derivados (oligofruktosa, fructooligosacáridos), extraídos de la achicoria, por sus características físicas y químicas, otorgan una serie de beneficios nutricionales a los alimentos, pudiéndose mencionar su acción como prebiótico, como aporte de fibra dietética, como producto bajo en calorías y que contribuiría a la reducción del riesgo de cáncer. Su adaptabilidad tecnológica ha permitido su incorporación en una amplia gama de alimentos, especialmente en productos lácteos, de panificación y confites. Estas industrias la utilizan como espesante, emulsificante, gelificante, sustituto de azúcares y de grasas, humectante y depresor del punto de congelación, convirtiéndola en un ingrediente fundamental de los alimentos funcionales¹, cuyo mercado está en una continua expansión. Paralelamente, ha sido incorporada en la industria químico-farmacéutica y de procesamiento como excipiente y/o aditivo, como asimismo en la industria de la alimentación animal y, últimamente, en la industria del *packaging*.

¹ Lorena Madrigal y Elba Sangronis. La inulina y derivados como ingredientes claves en alimentos funcionales. ARCHIVOS LATINOAMERICANOS DE NUTRICION. Órgano oficial de la Sociedad Latinoamericana de Nutrición. Vol. 57 N° 4, 2007.



CONTACTO SIAC
800 360 990

Sistema Integral de Información
y Atención Ciudadana

INFORMATIVO PRODUCIDO Y EDITADO POR ODEPA | TEATINOS 40 | PISO 8 | SANTIAGO DE CHILE |
FONO CONSULTA: 800 360 990 FONO MESA CENTRAL:(56-2) 23973000 | odepa@odepa.gob.cl

Se autoriza la reproducción total o parcial de la información citando la fuente (Odepa).



 Cuidemos nuestro planeta



www.odepa.gob.cl

