

Valle del Huasco

INIA apuesta por la elaboración de **aceitunas light, bajas en sodio**



Karina Maltés R.
Periodista
INIA Intihuasi



Federico Bierwirth M.
Periodista
INIA La Platina



El Centro Regional INIA Intihuasi desarrolló y validó un proceso de elaboración de aceitunas con bajo contenido de sodio, destinado a la producción de aceitunas de mesa cultivada en Chile.

El Instituto de Investigaciones Agropecuarias, INIA, hace 5 años obtuvo las primeras aceitunas verdes y negras con bajo contenido de sodio. La innovación, desarrollada por el Instituto tuvo directa relación con el método de elaboración y conservación de aceitunas, el cual se realiza habitualmente en base a la fermentación en solución salina con sal común (Cloruro de Sodio, la que posee alto contenido de sodio). El procesamiento de la aceituna light sustituye de manera parcial o total el contenido de sodio, utilizando alternativas como el Cloruro de Potasio o Cloruro de Calcio con lo que se espera reducir la ingesta de este elemento minimizando problemas de presión arterial sobre la salud humana.

El Centro Regional de Investigación INIA Intihuasi junto al Fondo de Innovación para la Competitividad (FIC) de la Región de Atacama, desarrolló y validó un proceso de elaboración de aceitunas con bajo contenido de sodio, especialmente aplicado a la principal variedad de olivo destinado a la producción de aceitunas de mesa cultivada en Chile, en su variedad Sevillana. El trabajo se desarrolló entre los años 2013 y 2014 a través



del proyecto “Desarrollo y transferencia de un nuevo proceso de elaboración y comercialización de aceitunas con bajo contenido de sodio como estrategia para agregar valor a las aceitunas producidas en la Región de Atacama”.

Francisco Tapia, Investigador de INIA Intihuasi y encargado del proyecto señaló que “este trabajo va en línea con el programa de Gobierno de consumir alimentos saludables, en el cual la aceituna es un producto que posee importantes elementos funcionales. Sin embargo,

Expertos del INIA han expuesto beneficios que presentan las aceitunas para la salud humana, destacándose su efecto sobre la reducción de estreñimiento, mitigación de algunos problemas de cáncer al colon entre otros.



-50%
de Sodio
en aceitunas

el uso de sales ricas en sodio limita el consumo de este producto. Por ese motivo, INIA desarrolló un trabajo tendiente a sustituir la sal de mesa común, insumo hasta ese momento clave en la elaboración de aceituna de mesa, por sales sustitutas como cloruro de potasio y calcio, sin alterar las características funcionales y sensoriales del producto final⁶.

La Región de Atacama junto a la Región de Arica y Parinacota han sido pioneras en el cultivo del olivo, a lo largo de los años se ha demostrado que la producción de aceituna de mesa en Chile se concentra principalmente en ambas regiones, destacando la producción de los valles de Azapa, Copiapó y



Para masificar el consumo de aceitunas, se intervino en el proceso de elaboración, reduciendo en un 50% la presencia de sodio en el producto final, lo que permitirá un consumo masivo especialmente en personas de la tercera edad, cuya limitante principal ha sido el efecto sobre la presión arterial.

Beneficios de la aceitunas en nuestra salud:

- Son una fuente de **hierro** y **sodio** muy saludable.
- Previenen enfermedades cardíacas gracias a las **grasas insaturadas** que contienen y que ayudan a regular los niveles de colesterol.
- Fuente de **vitaminas A y C** que ayudan a mejorar nuestras defensas.
- Contienen **omega-3** y **omega-6**, aceites esenciales que ayudan a nuestro organismo.
- Las aceitunas tienen un alto contenido en **fibra** que ayuda a regular nuestro sistema intestinal.



Huasco. Sin embargo, en las últimas décadas se han incorporado nuevas zonas a la producción de aceituna de mesa como Tiltil en la Región Metropolitana y varias zonas de las regiones de O'Higgins y del Maule, quienes tienen acceso directo con los principales centros de consumo del país (Santiago y Valparaíso).

Expertos del INIA han expuesto los beneficios que presentan las aceitunas para la salud humana, destacándose su efecto sobre la reducción de estreñimiento, mitigación de algunos problemas de cáncer al colon entre otros, lo que está documentado por estudios científicos realizados en Europa. Es por ello que para masificar el consumo de aceitunas, se intervino en el proceso de elaboración, reduciendo en un 50% la presencia de sodio en el producto final, lo que permitirá un consumo masivo especialmente en personas de la tercera edad, cuya limitante principal ha sido el efecto sobre la presión arterial.

Verónica Arancibia, Ingeniera en Alimentos de INIA Intihuasi quien además formó parte del proyecto señaló: "una vez finalizado el proyecto se realizó una evaluación sensorial en las ciudades de Copiapó y La Serena en distintos puntos tales como; supermercados, principales restaurantes y ferias donde se aplicó

un test de aceptabilidad donde el consumidor en el general no notaba la diferencia entre una aceituna con sodio y una con potasio, ya que el sodio se modificó por potasio, por lo que la evaluación sensorial fue aceptada en cuanto al sabor, por el consumidor".

Manuel González es uno de los productores de aceituna de mesa más conocidos en el Valle del Huasco, con más de veinte años de experiencia. En el año 2014 comenzó a elaborar aceitunas light bajas en sodio impulsado por el INIA, aumentando así la competitividad del sector con este nuevo producto gourmet. Hoy tras capacitarse en esta nueva preparación, Manuel nos cuenta su experiencia: "Por lo general son las personas más adultas quienes prefieren las aceitunas light. Estoy próximo a preparar una nueva producción para venderlas a \$2.500 el kilo. Creo que es un rubro que tiene que seguir creciendo y hacerse más conocido para que el consumidor se interese en las aceitunas light y cuiden su salud".

El consumo de las aceitunas ha sido por años una tradición en la mesa de los chilenos y si se puede apostar a consumir aceitunas con bajo nivel de sodio, puede seguir siendo una buena apuesta de alimentación en una mesa saludable.

"Por lo general son las personas más adultas que prefieren las aceitunas light, hoy estoy próximo a preparar una nueva producción para venderlas a \$2.500 el kilo. Creo que es un rubro que tiene que seguir creciendo más y hacerse más conocido por las personas para que se interesen en las aceitunas light y se cuiden la salud".

Manuel González

Productor de aceituna de mesa en el Valle del Huasco.