

Comparación de la calidad nutricional del aceite de oliva virgen extra varietal «Arbosana», elaborado en Mendoza (Argentina) y en Río Grande del Sur (Brasil), y sus beneficios para la salud

Comparison of the nutritional quality of extra virgin olive oil varietal "Arbosana" made in Mendoza (Argentina) and Rio Grande do Sul (Brazil), and its health benefits

Belén Bustamante
Universidad Juan Agustín Maza, Mendoza

Contacto: belu.mbb@hotmail.com

Palabras clave: aceite de oliva virgen extra - varietal «Arbosana» - calidad nutricional
Key Words: extra virgin olive oil - "Arbosana" varietal - nutritional quality

Introducción

El aceite de oliva es el alimento más representativo de la dieta mediterránea tradicional. En las últimas décadas se han realizado numerosos estudios sobre sus propiedades. Las conclusiones de estos estudios demuestran que los ácidos grasos monoinsaturados (MUFA) están asociados con un menor riesgo de padecer enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT). Por otra parte existen estudios que demuestran que la calidad del aceite de oliva virgen extra depende de la variedad y de las condiciones climáticas durante el cultivo.

Objetivo

Comparar la calidad nutricional del aceite de oliva virgen extra monovarietal Arbosana producido en Mendoza, Argentina con el de Río Grande del Sur, Brasil en base a la cuantificación de sus principales componentes.

Metodología

Se utilizaron muestras de aceite de oliva monovarietal Arbosana, de olivos cultivados en Mendoza (Argentina) y Pelotas (Brasil). Se eligió esta variedad para el estudio en función de algunos aspectos: la variedad Arbosana se encontró en ambos países, fue una de las primeras variedades introducidas en Río Grande del Sur, ha demostrado una buena adaptación y productividad y fue utilizada en la producción de los primeros aceites comerciales. En Mendoza no es difundida su plantación, por lo cual se podría incentivar la misma y es una variedad especialmente indicada para la producción de aceite de oliva virgen. A los aceites seleccionados se les determinó: acidez, índice de peróxidos, índice de yodo por el método de Wijs, índice de saponificación, densidad relativa, refracción absoluta, perfil de ácidos grasos, contenido de polifenoles y de la actividad antioxidante (%AA) por el método del ácido 2,2'-azino-bis-(3-etilbenzotiazolina)-6-sulfónico (ABTS).

Resultados

Las dos muestras presentaron baja acidez, solo 0,08 menor acidez el aceite de Mendoza comparando con el aceite de Pelotas, pero igual está dentro de los límites permitidos. El índice de peróxidos para la muestra de Brasil resultó de 33 mEq/kg, con este valor estaría fuera de especificación. No existiendo diferencias en el índice de yodo, índice de saponificación, densidad relativa y refracción absoluta. El contenido de oleico del aceite de Mendoza fue de 69 g% frente a 59 g% del aceite de Brasil. Ambos aceites presentan un contenido de polifenoles totales de 42 g de ácido gálico/L y el %AA resultó de 80,23±5,40, para el aceite de Mendoza y de 70,83±5,00, para el aceite de Brasil.

Discusión

Los polifenoles del aceite de oliva son un parámetro importante en la calidad del producto porque actúan como agentes preventivos contra varias enfermedades debido a la capacidad de inhibición de radicales libres y oxidación de LDL-colesterol, agregación plaquetaria, además son antitrombóticos) y particularmente contribuyen de manera importante a la calidad sensorial y estabilidad del aceite.

Conclusión

En cuanto a las características nutricionales evaluadas, no hubo una diferencia significativa en el contenido de polifenoles y antioxidantes, pero sí en la cantidad de ácidos grasos monoinsaturados ya que el aceite de oliva de Mendoza tiene una concentración 14% mayor que el aceite de Río Grande del Sur. También cabe destacar que el aceite de origen brasilero tiene el doble de la cantidad de ácidos grasos saturados presentes en el aceite argentino. Con esto queda demostrado que para una misma variedad las condiciones climáticas de cultivo influyen en la composición del aceite.