

BOLETÍN No. 407 ->>

El huitlacoche está formado principalmente de fibra dietaria en base seca, que es ligeramente laxante, ayuda al control del colesterol y glucosa en la sangre: FGL

Fidel Guevara Lara profesor-investigador del departamento de química, del Centro de Ciencias Básicas de la Universidad Autónoma de Aguascalientes, está desarrollando un trabajo para dar a conocer los componentes mayoritarios del huitlacoche y su impacto en la salud.

Guevara Lara tiene casi veinte años en el estudio del huitlacoche desde el punto de vista agronómico, genético, funcional y alimentario; además de que es miembro del Sistema Nacional de Investigadores en nuestro país. En la actualidad está estudiando al hongo para conocer cuáles son sus componentes mayoritarios.

Indicó el investigador que una buena parte de sus componentes son fibra dietaria y compuestos fenólicos, tanto solubles como insolubles. Señaló que el color negro del hongo se lo debe a un compuesto fenólico llamado melanina, que es el mismo pigmento de los animales.

Dio a conocer que en base a los resultados de su investigación el 65% del huitlacoche es fibra dietaria en base seca; también tiene carbohidratos (polisacáridos del tipo glucanos) además de quitina y celulosa; además de carbohidratos o azúcares solubles como la glucosa, fructosa y sacarosa; inclusive registra proteínas dentro y fuera de las esporas negras del huitlacoche en un 16 % del peso, explicó el catedrático Fidel Guevara Lara.

Destacó que la fibra dietaria soluble es muy importante en el organismo, en este caso la insoluble del huitlacoche ayuda a darle forma al bolo alimenticio, aumenta el movimiento en el intestino para ayudar al tránsito digestivo, lo cual es muy recomendable cuando se padece de estreñimiento, por lo que se considera al huitlacoche ligeramente laxante. Otro efecto de la fibra dietaria soluble del hongo del maíz es que mantiene los niveles de colesterol en sangre, así como los de glucosa.

Con respecto a la cultura del poco consumo del huitlacoche en la región donde se encuentra Aguascalientes, es porque no conocen su sabor y las características nutraceuticas para el buen funcionamiento del cuerpo humano, que a largo plazo ayudan a mitigar la diabetes, bajar los niveles de colesterol, por lo que es de necesario dar a conocer las ventajas y propiedades del huitlacoche.

Para la realización de esto proyecto de investigación de la UAA, Fidel Guevara Lara involucra a estudiantes de pregrado, maestría y doctorado, con lo cual contribuye en la formación de capital humano para el desarrollo de la ciencia y la tecnología en México.

