**Componentes bioactivos en el grano de trigo y su potencial efecto sobre la salud del consumidor**

Los alimentos elaborados a partir de harina de trigo como pan, galletitas y pastas desempeñan un papel primordial en la nutrición y la salud de la población. Existen evidencias científicas que prueban que el consumo de granos enteros o productos de harinas integrales está relacionado con la prevención de enfermedades no transmisibles como la resistencia al a insulina, trastornos cardiovasculares y algunos tipos de cancer. Dentro de los compuestos con propiedades saludables o bioactivos del trigo podemos mencionar los arabinoxilanos (AX), los minerales y los compuestos con actividad antioxidante como los polifenoles (PF). Todos estos compuestos se encuentran en mayor concentración en las capas externas del grano (salvado) y en el germen. Su contenido y perfil se ven afectados por el genotipo y el ambiente. Conocer tanto el perfil de polifenoles, el contenido de los minerales y arabinoxilanos, como su distribución en el grano nos permite estimar la calidad nutricional del trigo. Entre los minerales se destacan el hierro y el zinc por su importancia nutricional, los trigos de distintas variedades cultivados en diferentes zonas trigueras presentaron valores medios de 16,4 mg/kg y 25,2 mg/kg para Zn y Fe respectivamente, similares a los reportados en la bibliografía. El contenido total de PF y la actividad antioxidante variaron significativamente de acuerdo al genotipo y se destacan el glucosido del ácido hidrobenzoico (PF libres) y los derivados del ácido ferúlico (PF unidos) como los más abundantes. Sin embargo la presencia de estos compuestos no garantiza que se encuentren en el producto listo para el consumo debido a que su contenido o actividad pueden verse afectados por el procesamiento. El efecto sobre la salud del consumidor dependerá de la biodisponibilidad durante el proceso digestivo y de la actividad que conserven al llegar a las células blanco. Todos estos aspectos deben ser tenidos en cuenta a la hora de diseñar estrategias para incrementar el contenido de alguno de estos compuestos bioactivos con el fin de producir alimentos con un perfil nutricional mejorado o que cubran deficiencias nutricionales de la población a la cual van dirigidos.

**De: Gabriela Perez [**[**mailto:gaperez@agro.unc.edu.ar**](mailto:gaperez@agro.unc.edu.ar)**]   
Enviado el: martes, 22 de mayo de 2018 11:08**