

EVALUACIÓN PRELIMINAR DE NUTRIENTES EN RÓTULOS DE YERBA MATE

M. Pfeiffer¹³, D. Klimizyn¹² L. Santiago¹³

Universidad Nacional de Misiones. Facultad de Ingeniería. Dpto. de Física.
¹Auxiliares de investigación. ²Becario Sec. CyT. ³Ad honorem

pfeiffermarcos@gmail.com davidklimi@hotmail.com santiagolea@yahoo.com.ar

Modalidad: Ponencia **Tutor:** Master Ing. Qco. J. E. Miño (minio@unam.edu.ar)

RESUMEN

Introducción: el Código Alimentario Argentino definió a la yerba mate como un producto de las hojas desecadas, ligeramente tostadas y trituradas de *Ilex paraguayensis*; podrán estar o no mezcladas con fragmentos de ramas jóvenes, pecíolos y pedúnculos florales; su procesamiento incluye en general: sapecado, secado, canchado, estacionado, molido y envasado.

Los objetivos fueron conocer la cantidad y la calidad de nutrientes presentes en la ingesta de 2 mateadas completas (preparadas con 50 g yerba y 500 mL agua desmineralizada c/u).

Metodología: se inspeccionaron y registraron 21 rótulos de yerba mate elaborada con palo para obtener la información nutricional de cada paquete. Se calcularon las medias aritméticas X_{media} (como medida de tendencia central), las desviaciones estándar DS y el rango (valor máximo – valor mínimo) de cada nutriente (como medidas de dispersión).

Los resultados se ordenaron en: Nutriente; frecuencia encontrada; X_{media} ; DS; rango

Carbohidratos en 15 rótulos; 17,5 g; 4,6 g; 20,1

Azúcares en 21 rótulos; 5 g; 1,9 g; 5,6.

Proteínas en 20 rótulos 1,9 g; 0,3 g; 2,1

Fibra alimentaria en 18 rótulos; 1,3 g; 0,3 g; 1,2.

Vitamina C (Acido Ascórbico) en 17 rótulos; 5,7 mg; 1,1 mg; 3,6.

Vitamina B1 (Tiamina) en 21 rótulos; 2,64 mg; 2,6 mg; 11,2.

Vitamina B6 (Piridoxina) en 19 rótulos; 1 mg; 0,3 mg; 0,8.

Vitamina B3 (Niacina) en 04 rótulos; 1,39 mg; 0,3 mg; 2,5.

Cafeína en 17 rótulos; 0,8 g; 0,2 g; 0,56.

Magnesio en 20 rótulos; 84 mg; 28,5 mg; 112. Sodio en 19 rótulos; 20,1 mg; 13,2 mg; 59,3.

Hierro en 20 rótulos; 2,75 mg; 0,7 mg; 2,6. Fósforo en 05 rótulos; 42,3 mg; 9,8 mg; 25.

Potasio en 05 rótulos; 143,6 mg; 90 mg; 228,9. Calcio en 04 rótulos; 82,4 mg; 5 mg; 11,8

Conclusiones: se encontraron presentes 15 nutrientes con una gran dispersión en sus valores. Algunas marcas de yerba no presentaron ninguna información nutricional; otras lo hicieron parcialmente. La mayoría de los rótulos no presenta a todas las sustancias nutritivas.

Aportes: conocer para difundir la cantidad y calidad de nutrientes disueltos en la solución acuosa de yerba mate.

PALABRAS CLAVES: Nutrientes; Rótulo; Yerba mate