

Una «caja de herramientas» para reducir el contenido en acrilamida en los cereales del desayuno

Acrilamida

La acrilamida es una sustancia que se produce naturalmente en los alimentos al cocinarlos a elevadas temperaturas como, por ejemplo, al hornearlos, asarlos o freírlos. La acrilamida puede provocar cáncer en los animales y, según los expertos, también puede hacerlo en los humanos. Aunque es probable que la acrilamida haya formado parte de nuestra dieta desde que cocinamos los alimentos, las preocupaciones de seguridad que plantea esta sustancia han empujado a los expertos mundiales a recomendar la reducción de su presencia en los alimentos.

La acrilamida se ha detectado en una amplia variedad de alimentos, preparados tanto de manera industrial como en restaurantes o en casa. Se encuentra presente en alimentos de base, como el pan y las patatas, así como en algunas especialidades como las patatas fritas, las galletas y el café.



La caja de herramientas de la CIAA

Tras el descubrimiento de la acrilamida en los alimentos, el sector alimentario y otras partes interesadas, incluidas las entidades reguladoras, han decidido investigar la formación de la acrilamida y los métodos posibles para reducir su cantidad en los alimentos. La Confederación de Industrias Agroalimentarias de la UE (CIAA) ha coordinado estos trabajos y ha reunido los resultados para elaborar la caja de herramientas para la acrilamida.

Qué hace la caja de herramientas?

- Detallar los métodos existentes para reducir la cantidad de acrilamida en los alimentos.
- Permitir a los usuarios evaluar y elegir los métodos de reducción que deben aplicarse.

Este folleto busca ayudar a los fabricantes de cereales para el desayuno. Para más información, consulte CEEREAL (Asociación de fabricantes de cereales del desayuno de la UE): julia.hauk@ceereal.eu

Qué puede hacer usted?

- Mediante este folleto, determinar los métodos que puede aplicar para reducir la presencia de acrilamida en los alimentos.
- No todos los métodos responden a sus necesidades de fabricación.
- Deberá examinar sus métodos de producción, sus recetas, la calidad de sus productos y su legislación nacional para encontrar las «herramientas» más adecuadas.

Acrilamida en los cereales del desayuno



Herramientas que deben utilizarse

- Reducir al mínimo los azúcares reductores durante la fase de cocción.
- Evitar cocer o tostar excesivamente.
- Mantener el color uniforme del producto.
- Considerar la inclusión de otros ingredientes como, por ejemplo, nueces.

Métodos de formación

- La acrilamida se forma mediante la reacción de la asparragina, presente de forma natural en los cereales, con azúcares reductores como la fructosa y la glucosa.
- La acrilamida se forma a temperaturas superiores a 120 °C. La formación se acelera rápidamente cuando la humedad baja por debajo del 5 %.
- La cantidad de acrilamida producida depende de:
 - la receta,
 - el procedimiento,
 - el tueste.

Métodos de reducción para los cereales del desayuno Debido a la amplia gama de recetas, cereales, ingredientes y procedimientos distintos aplicados en la fabricación de cereales del desayuno, no existe un medio único y sencillo de reducir la formación de acrilamida. Por ejemplo, los cereales a base de trigo contienen generalmente una cantidad superior de esta sustancia a los cereales a base de arroz o de maíz, pero cada cereal posee sus características nutricionales y de consumo propias. Se aconseja a los fabricantes elegir las herramientas mejor adaptadas al tipo de producto y consultar a CEEREAL (Asociación de fabricantes de cereales del desayuno de la UE) para más información: (julia.hauk@ceereal.eu).

