

BASES PARA LA FORMULACION DE MEZCLAS DE PROTEINAS VEGETALES
DE ALTO VALOR BIOLOGICO

R. Bressani y L.G. Elías

Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá
INCAP

Existen tres métodos que permiten combinar la proteína de diferentes alimentos para formular mezclas de alta calidad y cantidad proteínica. Uno consiste en mezclar los componentes según su contenido de aminoácidos esenciales en base a un patrón de referencia, otro, en adicionar a una proteína, otra proteína en la cantidad necesaria para llenar las deficiencias de aminoácidos de la primera. El tercero, en buscar a través de pruebas biológicas, el punto de complementación óptima entre los aminoácidos de proteínas de varias fuentes.

Este último produce mezclas que pueden clasificarse en cuatro tipos: El primero, representa mezclas de dos proteínas con valor biológico (VB) similar y el mismo aminoácido limitante. No se obtiene mejor VB que el de los componentes. El segundo, resulta de mezclar dos proteínas de diferente VB, con el mismo aminoácido limitante en primer término pero en deficiencia de diferente grado. El VB de la mezcla es igual al del componente con el mejor. El tercero, representa la verdadera complementación, ocurriendo con dos proteínas de diferente VB, con deficiencias de aminoácidos diferentes y cantidades adecuadas de otros para suplir las deficiencias

en los respectivos componentes. El VB es superior al de cualquier componente.

El cuarto, representa combinaciones de dos proteínas con un VB diferente teniendo uno de los componentes una mayor deficiencia de un aminoácido. El VB de la mezcla lo determina el componente con el valor más alto.

Los cuatro tipos han servido para formular alimentos de alto contenido y valor proteínico. Se discutirán las bases teóricas, ventajas y desventajas de este método de formulación.