

Contenido en colesterol en porción comestible de peces del valle aluvial del Río Paraná

Abib, M.¹; Freyre, M.²; Palmioli, N.¹; Del Barco, D.³; Ferraris, N.¹

1- Cátedra de Bromatología y Nutrición. Facultad de Bioquímica y Ciencias Biológicas. Universidad Nacional del Litoral. Ciudad Universitaria. Paraje El Pozo. 3000 Santa Fe.

2- Instituto de Tecnología de Alimentos – Facultad de Ingeniería Química - UNL

3- Cátedra de Zoología, Facultad de Ciencias Veterinarias - UNL

RESUMEN: En las zonas ribereñas de los grandes ríos sudamericanos los peces de agua dulce son parte importante de la dieta de grandes grupos poblacionales.

Con el objeto de contribuir a las tablas de composición de alimentos regionales argentinos (Argenfood) y dada la importancia del consumo de lípidos en nuestra dieta, la determinación de colesterol en siete especies de pescados de río de la zona aledaña a la ciudad de Santa Fe, cobra especial significación, ya que nos permitirá realizar recomendaciones, respecto a su consumo, a la población.

Los peces fueron adquiridos en comercios especializados, se separaron sus partes comestibles y se extrajeron los lípidos, según el método de Folch. Se midieron las grasas totales por gravimetría y el colesterol por cromatografía gaseosa, luego de obtener el insaponificable.

Los resultados obtenidos muestran que, en músculos dorsales de pescados de río, no es significativa la influencia del nivel de lípidos totales sobre el colesterol, y que el rango del mismo en las especies estudiadas no difiere del de las carnes magras de cordero y cerdo y de pollo o pavo, sin piel, recomendados para dietas saludables, mientras que en la carne de vaca grasa (no recomendada), el valor es más elevado, por lo cual los pescados de río serían un alimento de preferencia frente al consumo de carne vacuna, de diaria presencia en los hábitos alimentarios argentinos.

Palabras Clave: pescados de río, colesterol, grasas.

Summary: Cholesterol content of the edible portion of freshwater fishes of Parana river. Abib, M.; Freyre, M.; Palmioli, N.; Del Barco, D.; Ferraris, N. Freshwater fish are an important part of the diet of great population groups, mainly in the southamerican great rivers basin areas. Cholesterol was determined in tissues from seven species of wild freshwater fish in the surroundings of Santa Fe City.

The fish were purchased, already eviscerated, in specialized shops. Their edible parts were separated and their lipids were extracted, according to Folch method. Total fats were measured by gravimetric method and after obtaining the unsaponifiable, cholesterol content was determined by gas liquid chromatography. The data obtained indicate an important variation of cholesterol contents among individuals of the same species, but with a similar or lower mean than other food rich in protein of massive consumption. Moreover, a fluctuating relationship was observed between total cholesterol and fatty contents in the edible portion of these fishes.

Key word: river fishes, cholesterol, fat, atherosclerosis.