

PROPUESTA DE TORTILLAS DE MAÍZ FORTIFICADAS CON ALBAHACA PARA FORTALECER EL SISTEMA INMUNOLÓGICO

Dra. Wendy Piura

Organización de Mujeres en Ciencia para el Mundo en Desarrollo
(Organization for Women in Science for the Developing World -OWSD)

Tegucigalpa, Honduras



ANTECEDENTES

Ante la problemática del coronavirus a nivel mundial, las poblaciones se han vuelto más interesadas en fortalecer su sistema inmune antes las infecciones.

Es importante difundir las medidas básicas de higiene para prevenir el COVID-19 y otras infecciones virales, junto con la promoción de estilos de vida saludables.

Surgió la idea de elaborar un alimento que fortalezca el sistema inmunológico, utilizando la tortilla de maíz mezclada con albahaca, una hierba con propiedades terapéuticas como:

- fortalecer el sistema inmunológico
- antiviral
- antiséptica
- analgésica
- expectorante
- antiemética
- repelente de insectos
- sedante
- promotora de la función de los glóbulos blancos



La tortilla de maíz es un alimento emblemático en América Latina y en Honduras, siendo consumido por personas de todas las edades y utilizado en una variedad de platillos. Es una fuente importante de calcio.



El aceite esencial de albahaca contiene componentes como linalol, acetato de linalol, cineol, estragol, pineno, eugenol y alcanfor.

DESARROLLO

DIAGRAMA DE FLUJO TORTILLAS DE MAÍZ FORTIFICADAS CON ALBAHACA



Se logró una tortilla de contextura adecuada, color interesante, y de sabor agradable según las personas que la probaron en una prueba piloto

Tabla comparativa sobre la funcionalidad de los principales componentes de una tortilla de maíz convencional y una fortificada con albahaca

TIPO DE TORTILLA	Principales Ingredientes	Aportaciones	Funcionalidad
Tortilla de maíz	Maíz	Calcio, potasio, niacina, magnesio	El calcio hace que los huesos y los dientes sean más fuertes
Tortilla fortificada con albahaca	Maíz y albahaca	Calcio, aceites esenciales y rico en estragol, linalol, cineol, eugenol, acetato de linalilo, kenferol	Ayuda a fortalecer el sistema inmunológico, efecto antiséptico, antiviral, sedante, aumenta defensas por los glóbulos blancos

CONCLUSIONES

- Se logró un producto adecuado y palatable.
- Se podría promover esta tortilla de maíz fortificada, pues además de ser aportante de calcio importante para los huesos y los dientes, agrega mediante la albahaca, otras propiedades nutrimentales y pro sistema inmune.
- Estas propiedades pueden ser de interés para a fortalecer el sistema inmunológico y disminuir el riesgo de contraer coronavirus (COVID- 19) y otras virosis.

Contacto: piurawendy@gmail.com
Conflicto de interés: ninguno