



Ciudad de México, a 26 de enero de 2017

COMUNICADO DE PRENSA

CREAN CHOCOLATE AMARGO *LIGHT* CONTRA EL INSOMNIO, ANSIEDAD Y DEPRESIÓN

- **Contiene aminoácidos esenciales que sintetizan el neurotransmisor que regula el ciclo del sueño y los estados de ánimo**

C-050

Consumir una barra al día de chocolate elaborado por estudiantes del Instituto Politécnico Nacional (IPN), podría ser la solución a problemas como el insomnio, la ansiedad y depresión, debido a que su formulación contiene aminoácidos esenciales que intervienen en la síntesis de serotonina, neurotransmisor que, entre otras funciones, regula el ciclo del sueño y los estados de ánimo.

El producto, creado en la planta de confitería de la Escuela Nacional de Ciencias Biológicas (ENCB), por los estudiantes Abigail Berenice Ávila Vera, Adilena González Silva, Karla Daniela Lozano Cervantes y José de Jesús Rosas Cruz, es bajo en grasa y está adicionado con triptófano y lisina, provenientes de extractos de leguminosas.

Los estudiantes del octavo semestre de Ingeniería Bioquímica señalaron que el organismo no puede sintetizar los aminoácidos por sí mismo, así que es necesario obtenerlos por medio de la alimentación. Debido a que la dieta de los mexicanos es rica en carbohidratos e incluye pocos vegetales, los creadores agregaron esos nutrientes a la golosina para cubrir los requerimientos diarios.

Indicaron que, en promedio, el cuerpo humano necesita alrededor de 500 miligramos de aminoácidos esenciales diariamente, sin embargo, aunque se combinen varios alimentos



que los contengan, es difícil cubrir los requerimientos, por lo que el chocolate politécnico podría complementar el déficit de éstos.

Los estudiantes explicaron que el sabor del chocolate es amargo, ya que si se añadiera azúcar a la formulación, los aminoácidos se glucosidarían y ya no cumplirían con su función.

Por ser reducido en grasa y sin azúcar, el producto politécnico es apto para todo público, incluso puede ingerirlo bajo vigilancia médica quienes padecen diabetes o enfermedades cardiovasculares y tienen dietas restringidas, resaltaron.

Para conseguir que el chocolate fuera agradable al paladar y al mismo tiempo conservara sus propiedades nutricionales, los estudiantes de la ENCB realizaron diversas formulaciones. Además, le agregaron lecitina de soya, un antioxidante que le otorga una vida en anaquel de hasta ocho meses.



Becas IPN, fortaleza institucional

Más de mil 600 profesores del Poli contaron, en 2016, con el apoyo del Sistema de Becas por Exclusividad (SIBE) y dos mil 100 estudiantes con la Beca de Estímulo Institucional de Formación de Investigación (BEIFI)

#DejaHuella

Tus logros son nuestros logros



"La Técnica al Servicio de la Patria"
Coordinación de Comunicación Social



===000===