



Honorable Cámara de Diputados
Provincia de Buenos Aires



PROYECTO DE DECLARACION

LA HONORABLE CÁMARA DE DIPUTADOS DE LA PROVINCIA DE
BUENOS AIRES

DECLARA

Su beneplácito ante la conmemoración de los diez años de la puesta en marcha del programa "Kefir, un alimento probiótico a costo cero" que realiza la Facultad de Ciencias Exactas de la Universidad Nacional de La Plata, producto nutritivo que aumenta las defensas del organismo y es muy beneficioso para la salud, el cual es incorporado a una decena de comedores de La Plata, Berisso y Ensenada.-


JUAN CARLOS PIRIZ
Diputado Provincial
H. Cámara de Diputados Prov. Bs. As.



FUNDAMENTOS

Señor Presidente:

El matutino El día de La Plata informaba la siguiente nota que reproduzco: "A diez años de la puesta en marcha del programa "Kefir, un alimento probiótico a costo cero" que realiza la facultad de Ciencias Exactas de la Universidad Nacional de La Plata, una decena de comedores de la Región incorporaron ese producto nutritivo que aumenta las defensas del organismo y es muy beneficioso para la salud. "Hemos recogido los comentarios de cinco mil personas de La Plata, Berisso y Ensenada que lo consumen y nos dicen que tienen menos problemas respiratorios y gastrointestinales. Pero además presenta la ventaja de que no se contamina fácilmente y cualquiera en su casa puede producir los gránulos de manera gratuita", afirmó Graciela De Antoni, decana de esa unidad académica.

Durante los últimos años se trabó una ininterrumpida relación entre los docentes y alumnos de esa unidad académica y distintas entidades intermedias a las que el aporte del alimento resultó fundamental para enriquecer las dietas que reciben los sectores más humildes de la sociedad.

EUROPA DEL ESTE

El kefir es un organismo conformado por bacterias y levaduras, un alimento milenario traído a la Argentina por los inmigrantes de Europa del Este. "Hace más de 15 años que trabajamos en el kefir, algo que se consumía de manera habitual en Rusia, Ucrania y Polonia. En esos países está incorporado a los platos tradicionales de las familias", señaló De Antoni, que además es impulsora del proyecto.

Luego de estudiar el producto, se descubrió que con el simple hecho de volcar los gránulos en un vaso de leche y dejarlos fermentar dos días a temperatura ambiente, se conseguía un alimento similar al yogur, pero incluso con mayores propiedades nutritivas. Los estudios determinaron que cada gramo de producto tiene mil millones de microorganismos que son beneficiosos porque, entre otras propiedades, inhibe enfermedades intestinales, hongos y bacterias e incluso a algunas las mata. Además neutraliza la acción de las toxinas y aumenta las defensas de quienes lo consumen. En síntesis, algo que ya sabían muchos por la tradición de consumirlo.

"Nosotros también lo tomamos porque es un producto probiótico como otros comerciales y cuesta mucho menos. Además tiene más vitamina, facilita la absorción del calcio y genera resistencia a las infecciones. Para quienes tienen problemas intestinales como por ejemplo los ancianos es el equivalente a las fibras solubles", dijo la decana.



*Honorable Cámara de Diputados
Provincia de Buenos Aires*



La facultad de Agronomía también hizo su aporte con la leche de 30 vacas que abastecen el tambo comunitario y la facultad de Ingeniería estudia la manera de pasteurizarla con máquinas de esa unidad académica. Tras recordar que “la investigación sobre el producto comenzó hace unos 12 años” y que “está subvencionada por el Conicet, la CIC y la UNLP”, la docente señaló que el costo es cero “porque los gránulos de kefir los proporciona la facultad y también da leche el Banco Alimentario”.

A TODO EL PAIS

En la actualidad está incorporado en unos diez comedores de La Plata, Berisso y Ensenada y trabajan en el proyecto unos 20 alumnos y algunos investigadores. A raíz de la buena fama que fue ganando el alimento, gente de Córdoba, Chaco y algunos lugares del Gran Buenos Aires, como Avellaneda, se contactaron con la Universidad para solicitar información para aprender a elaborarlo.

“Nosotros buscamos el proceso educativo de los alumnos a través de los proyectos de extensión porque es la manera de que adopten una postura y responsabilidad ante las cuestiones sociales”, agregó la decana para quien el contacto directo con los niños y los responsables de los comedores los llevó a un terreno donde la posibilidad de educarse es mutua.

Todos aprenden en ese acercamiento amistoso, pero además para quienes asisten a los comedores la entrada de la facultad en sus vidas, les demuestra que la Universidad no les es algo prohibitivo. “Siempre nos dicen que se sienten muy bien en ese tratamiento de igual a igual, además cuando hacen cursos les damos certificados y eso los gratifica”, aseguró De Antoni.

Para los interesados en conseguir los gránulos se ofrecen charlas dos o tres veces por año en la facultad de Ciencias Exactas, el requisito es que donen algunos litros de leche a los comedores.

Hacer kefir es una tarea muy simple si se siguen los pasos sugeridos por los especialistas. Se ponen los gránulos, similares a un coliflor, en la leche y se lo deja fermentar. Al cabo de dos días la leche se corta y no sólo que se forma una bebida similar al yogur sino que también se multiplican los gránulos porque por su metabolismo tienen la propiedad de autorreproducirse. Así, luego de colar la bebida se descubrirá que hay más que los que se colocaron y los que no se utilicen se pueden congelar con leche para una próxima oportunidad.

LICUADOS Y QUESO UNTABLE

Cuando está listo se puede usar para tomar sólo, hacer licuados o por ejemplo agregarle saborizantes. El único recaudo que hay que tomar es no calentar el producto por encima de los 45° para que no pierda las propiedades y en lo posible



*Honorable Cámara de Diputados
Provincia de Buenos Aires*

consumirlo antes de los 7 días porque si bien tiene más vida útil que ese lapso, su acidez resulta desagradable al paladar. También se puede usar en distintas recetas, por ejemplo si con un lienzo limpio se le retira el suero se conseguirá un queso untable.”

Por lo altos beneficios que genera el mencionado alimento, y el importante aporte de Nuestra Facultad de Ciencias Exactas de la Universidad Nacional de La Plata, solicito a mis pares acompañen el presente proyecto con su voto afirmativo.-



JUAN CARLOS PIRIZ
Diputado Provincial
H. Cámara de Diputados Prov. Bs. As.