ELABORACION DE YAKULT- MEXICO



Ingredientes: Agua, azúcar, 3.6% de leche descremada en polvo, glucosa, saborizante artificial, Lactobacillos casei Shirota 108 UFC/ml (significa que el producto contiene 100 millones de bacterias). Contiene dos tipos de endulzantes: azúcar de caña y glucosa. El segundo **ingrediente** es azúcar

Ingredientes:

Agua, azúcar, 3.6% de leche descremada en polvo, glucosa, saborizante artificial, Lactobacillos casei Shirota 108 UFC/ml (significa que el producto contiene 100 millones de bacterias).
Contiene dos tipos de endulzantes: azúcar de caña y glucosa.
El **segundo ingrediente es azúcar**.
La cantidad de **leche en polvo que contiene es de tan sólo 2.88 gramos, mientras que la cantidad de azúcar son 12.5 gramos**, es decir, **cuatro veces más azúcar que leche**.
Por otro lado, el producto dice que **contiene saborizante artificial, pero no especifica qué tipo**.
Respecto a la parte de los lactobacilos, el producto especifica la cantidad de bacterias presentes. Sin embargo, **en su publicidad asegura tener más de 8 MIL millones de bacterias, cuando el producto solamente llega a los 100 millones**.
Aunque no se ha fijado un monto mínimo de lactobacilos para los productos- hay estudios que demuestran que **la cantidad mínima necesaria para que los lactobacilos sobrevivan al pH del tracto gastrointestinal tendría que ser mayor a los 100 millones de lactobacilos (10^8 UFC/ml)**.

• Contiene 2½ cucharadas cafeteras de azúcar en un botecito.
• Su publicidad se basa en los beneficios de los lactobacilos, sin alertar respecto a la cantidad de azúcares presentes.

• Beber un Yakult es como echarte un "shot" de azúcares, ya que contiene sacarosa (azúcar de caña) y glucosa.

9 febrero 2015. Yakult es un producto lácteo fermentado por el Lactobacillus casei Shirota.
¿Qué es el Lactobacillus casei Shirota? Es una bacteria a la que se le han considerado beneficios, como inhibir algunos microorganismos patógenos (Salmonella, Shigella y Helicobacter), reducir la intolerancia a la lactosa y aumentar la respuesta inmunológica, además de prevenir malestares intestinales y mantener el balance de la microflora intestinal (www.fda.gov/Determination for the Use of Lactobacillus casei Strain Shirota As a Food Ingredient.pdf).
Pero es muy diferente consumir esta bacteria a través del yogurt natural a consumirla a través de un producto industrializado.
Aún se desconocen todos los efectos inmunológicos (aumento en la respuesta inmunológica) que se pudiesen tener con el consumo de productos probióticos (rivm.openrepository.com/Immune effects of Lactobacillus casei Shirota.pdf).

Del "distintivo nutrimental" mexicano

Debido a que en nuestro país se ha aprobado una **nueva regulación de etiquetado de alimentos y bebidas** por la Comisión Federal para la Protección de Riesgos Sanitarios (Cofepris), estaremos presentando en nuestras radiografías una serie de productos procesados que cumplen con ciertos **criterios para portar un "distintivo nutrimental"** y que podrán publicitarse en horarios infantiles, **a pesar de ser altos en azúcar y calorías** —lo que representa un riesgo a la salud ante su alto consumo—, y contradictoriamente el gobierno mexicano los avalará como "mejores" productos (elpoderdelconsumidor.org/Daña Cofepris derechos de consumidores con nuevo etiquetado de alimentos).
El Poder del Consumidor ha denunciado públicamente los criterios que ha aprobado Cofepris, los cuales expertos consideran ser de **riesgo para la salud de los consumidores** (elpoderdelconsumidor.org/Advierten expertos riesgo de nuevo etiquetado en carta abierta a Peña Nieto).
En este contexto, la nutrióloga Xaviera Cabada está valorando diversos **productos que paradójicamente podrán ser portadores de un "distintivo nutrimental" y publicitarse en horarios infantiles, a pesar de que, incluso, en varios casos ya se gravan con un impuesto por ser considerados no nutritivos** (elpoderdelconsumidor.org/Impera caos y contradicción en los criterios del gobierno para combatir la obesidad).

Yakult, producto lácteo fermentado (80 mililitros, 1/3 de vaso):

Azúcar:

El envase de **80 mililitros (un botecito) contiene 12.56 gramos de azúcares añadidos, equivalente a 2½ cucharadas cafeteras de azúcar**, lo cual **cubre del 50.2 al 83.6% de lo máximo tolerado de azúcar para un adulto para todo el día**, de acuerdo con la Asociación Americana del Corazón (AHA, por sus siglas en inglés), pues este organismo indica que la cantidad de azúcar máximo tolerada para un adulto es de cinco (mujeres) a siete (hombres) cucharadas cafeteras para todo un día.
Si un niño o niña se toma un botecito equivaldría del 50.2 al 83.6% de lo máximo tolerado para un niño o niña para todo el día, ya que la ingesta máxima tolerada de azúcar añadida para niño o niña diaria debe ser no mayor de tres a cuatro cucharadas cafeteras, de acuerdo con la AHA.
Es frecuente que padres de familia incorporen este producto para el desayuno, lunch escolar o colación de sus hijos o hijas, creyendo que obtendrán un beneficio en su digestión.
Beber este producto podría equivaler a ingerir un "shot" de azúcares, ya que contiene sacarosa (azúcar de caña) y glucosa, por lo que **difícilmente un consumidor podría saber las cantidades de azúcares que están ingiriendo con este producto**.
Un niño o niña que bebe este producto de manera cotidiana tendrá un impacto negativo en sus hábitos de alimentación, generando gusto por los sabores dulces.