

# Los posos del café, fuente rica en antioxidantes

Los posos del café, fuente rica en antioxidantes  
Universidad de Granada

Científicos de la Universidad de Granada y de la Estación Experimental del Zaidín (CSIC) han descubierto que los posos del café **tienen una capacidad antioxidante hasta 500 veces superior a la vitamina C** y pueden ser reutilizados para elaborar alimentos funcionales con grandes cualidades saludables para los humanos.



## Café 'cascarilla'

En un trabajo de investigación publicado en la revista 'Food Science and Technology', los científicos han evaluado las propiedades biológicas de los subproductos derivados de las empresas productoras de café, como los posos de café (PC) o el coffee silverskin (CS), conocido en español como 'cascarilla'.

El sector del café es una pieza clave dentro de la economía mundial, tanto por el volumen de producto vendido como de beneficios económicos y, a su vez, **las empresas productoras de café generan al año más de 2.000 millones de toneladas de los subproductos señalados**, productos muy ricos en fibra y compuestos fenólicos, todos ellos compuestos beneficiosos para la salud humana.

"También son ricos en unos compuestos pardos, que dan lugar al color del café, conocidos como melanoidinas (M), las cuales **presentan diversas propiedades biológicas interesantes para los humanos**", ha explicado el profesor del departamento de Nutrición y Bromatología de la UGR y autor principal de este trabajo, José Ángel Rufián Henares.

En la actualidad, sin embargo, todos **estos subproductos no se reutilizan en la industria** y se arrojan a los vertederos, donde desarrollan una **elevada actividad tóxica** a nivel medioambiental.

La investigación, liderada por la Universidad granadina, se ha centrado en evaluar diversas propiedades biológicas de dichos subproductos de forma que se puedan reutilizar para elaborar alimentos funcionales con propiedades beneficiosas para la salud humana.

## Propiedades biológicas del café

Tras someter a los PC, CS y M a digestión 'in vitro' (digestión que simula todo el proceso digestivo humano), los científicos evaluaron su actividad prebiótica, donde se determina si los compuestos estudiados son capaces de favorecer el crecimiento de bacterias beneficiosas para el organismo humano como las Bifidobacterias o los Lactobacilos así como su actividad antimicrobiana --donde se determina su capacidad para disminuir el crecimiento de bacterias perjudiciales para los humanos en diversos alimentos, como el Staphiloccocus aureus o Escherichia coli--, y su actividad antioxidante **-donde se evalúa la reducción de los radicales oxidantes que se generan en el organismo**, causantes del envejecimiento o patologías como la **diabetes** o el **Alzheimer**-.

Los investigadores demostraron así que **tanto los posos de café como la "cascarilla"** presentan una elevada actividad prebiótica, aunque las melanoidinas suprimen dicha actividad. Las melanoidinas muestran, además, una actividad antimicrobioana muy elevada y tanto los PC como el CS y las M mostraron una actividad antioxidante muy elevada, hasta **500 veces superior a la vitamina C**.

Rufián Henares ha destacado que la actividad antimicrobiana y antioxidante del café "fue mayor en el torrefacto, café que se elabora adicionando azúcar durante el proceso de tostado, ya que se generó una mayor cantidad de M".

Como resumen, los investigadores de la Universidad han asegurado que tanto los PC, CS y M son subproductos de la industria cafetera que **se pueden reutilizar para elaborar alimentos más saludables para los humanos:** "Si queremos potenciar la actividad prebiótica de dichos alimentos, habría que eliminar primero las M, aunque éstas podrían adicionarse a otros alimentos para incrementar su vida útil gracias a su elevada actividad antimicrobiana", ha concluido el profesor.

El Ministerio de Economía y Competitividad acaba de conceder a este grupo un proyecto de investigación dentro del 'Programa estatal de I+D+I orientada a los retos de la sociedad', precisamente para estudiar durante cuatro años las formas de revalorizar estos subproductos de la industria cafetera.

[Compartir en Facebook](#)