

Què són els aliments funcionals?

Gaspar Pérez, Institut d'Agroquímica i Tecnologia dels Aliments – CSIC

Qui no ha pres alguna vegada o ha escoltat publicitat dels iogurts Bio amb esterols vegetals, amb soja, o bé llet amb àcids grassos omega 3? Els consumidors, els científics i els legisladors han mostrat la seua preocupació per aquesta “nova” generació d'aliments, així com uns altres més tradicionals que tenen beneficis per a la salut, que es denominen “Aliments Funcionals”. Existeix evidència científica dels seus efectes beneficiosos? Si, i es mostraran, així com els seus límits.