

## Nota de prensa

### ¿Qué factores influyen en el sabor de las frutas y hortalizas?

- **Diversos estudios apuntan a que no solo las propiedades organolépticas de las verduras intervienen en la percepción del gusto de los consumidores, también se atribuyen factores psicológicos como el estado de ánimo o los recuerdos positivos.**
- **Te contamos cómo conservar estos productos para potenciar su sabor y evitar que se estropeen fácilmente**

**Almería, 30 de noviembre de 2020.-** Hace 50 años, a nadie se le ocurriría hacer una ensalada de tomates en invierno o disfrutar de una sandía sin pepitas en primavera, sin embargo, la industria alimentaria y la globalización ha permitido poner en el mercado todos los alimentos en cualquier época del año. Sin ir más lejos, los invernaderos solares del Sur de Europa, en Almería y Granada, conocidos como la huerta de Europa, proporcionan **alimentos saludables a 500 millones de habitantes** en periodos donde la producción continental no es viable debido a las bajas temperaturas y a la falta de luz.

Garantizar y potenciar el sabor de los cultivos de invernadero y ofrecerlos a precios asequibles siempre ha sido el objetivo de los productores, sin embargo, algunos consumidores tienen la errónea impresión de que el invernadero acelera o induce la maduración provocando la falta de sabor en las frutas y hortalizas. Y nada más lejos de la realidad. Según Jan van der Blom, responsable del departamento de Agroecología de APROA, el sabor depende fundamentalmente de la **variedad** cultivada, del **modo de cultivo (riego, fertilización y clima)**, del **momento en el que se cosecha**, y de su **conservación** post-cosecha. De hecho, existen muchas apreciadas variedades que son famosas por su exquisito sabor, como el tomate raf, los pimientos dulces, el melón piel de sapo o la amplia gama de hortalizas minis. Por otro lado el momento de recolección es crítico y en los invernaderos solares, debido a la protección que ofrecen a las plantas, se espera a que cada variedad alcance su grado óptimo de madurez (contenido en azúcares naturales, acidez y otros...) para su recogida y envío a los mercados.

Sin embargo, al margen de estos factores objetivos que influyen sobre las propiedades organolépticas de los productos, diversos estudios apuntan hacia otras causas que intervienen en la percepción del sabor de determinados alimentos.

En primer lugar, se distingue el **estado de ánimo**. Se ha comprobado que existe una relación entre el equilibrio químico del cuerpo y el sentido del gusto. En este sentido, los niveles de la hormona serotonina regulan la sensibilidad a gustos dulces y amargos mientras que la noradrenalina influye sobre sabores ácidos. La combinación química de estas sustancias puede reducirse por el estrés o la depresión, por lo que en momentos de ansiedad se percibe peor el

gusto mientras que en los de relajación o alegría, el aumento de las hormonas permite la apreciación de más sabores (Heath *et al.*, 2006).

Por otro lado, los **recuerdos**: ¿de verdad estaban tan ricas las hortalizas de la abuela? (McGrath, 2014). Tal y como reconoce el autor, probablemente, esta idea sea fruto de nuestra mente, que tiende a borrar las malas memorias y potenciar las buenas, como ha demostrado la Universidad de Limerick en Irlanda. De esta forma, se idealiza un producto porque su contexto y entorno nos produjo felicidad. Probablemente el sabor que recordamos tenía más que ver con nuestra añorada juventud, la memoria de un ser entrañable y esa loca idea de “las cosas de antes eran mejores”.

Con independencia de estos factores psicológicos, los expertos inciden en que la adecuada **conservación** de las frutas y hortalizas no solo contribuye a evitar su deterioro, sino también, a potenciar su sabor. La cadena de suministro controla cada una de sus etapas para que las pérdidas de calidad sean mínimas, ya sea durante el envasado, transporte o almacenamiento. Sin embargo, en la mayoría de los hogares existe un desconocimiento sobre buenas prácticas de conservación y la compra suele sencillamente acabar en los huecos de la nevera, lo que resulta fatal para algunos productos.

## ¿Cómo conservar correctamente las hortalizas?

### Tomates

Aunque los tomates se conservan mejor en la nevera, sobre todo si hay una temperatura alta en el exterior, lo cierto es que el frío afecta a su sabor degradándolo y haciéndolo más insípido. También altera su textura, rompe las membranas en el interior de las paredes de la fruta y la pone harinosa. En invierno podremos dejar los tomates a temperatura ambiente o, si optamos por conservarlos en la nevera, será conveniente sacarlos 24 horas antes de consumirlos, ya que las bajas temperaturas se encargan de descomponer las sustancias que contribuyen a potenciar el aroma o el sabor.

Si elegimos mantener los tomates a temperatura ambiente, deberemos hacerlo en un lugar oscuro y seco, y separados de otras frutas y hortalizas, porque los tomates emiten etileno, gas natural que producen algunas frutas y verduras y que es el responsable de acelerar el proceso de maduración.

### Pimientos, berenjenas, pepinos y calabacines

Soportan mejor el frío que el tomate, por lo que pueden permanecer en la nevera. Para asegurarnos una correcta conservación, será necesario separar cada tipo de producto en una bolsa de papel, de modo que ésta absorba la humedad y retrase la descomposición de la hortaliza. Si optamos por dejar estos productos a temperatura ambiente, conseguiremos alargar su vida envolviéndolos íntegramente en papel film, de este modo, los mantendremos separados de otros productos que emitan etileno. Los pimientos, berenjenas o calabacines son sensibles al etileno por lo que si las mantenemos correctamente aisladas conseguiremos evitar su deterioro.

### Melón y sandía

Para disfrutar mejor del sabor y los aromas de estas frutas, lo más recomendable es no almacenarlas en la nevera, a menos que las cortemos. De ser así, las envolveremos en papel film para evitar su oxidación.

Tanto el melón como la sandía son frutas climatéricas, lo que significa que siguen madurando una vez han sido recolectadas, con lo que siguen produciendo etileno, por eso es recomendable mantenerlas separadas del resto de las frutas y verduras.

Si tenemos en cuenta estos sencillos consejos de conservación, lograremos potenciar más el sabor de determinados productos, lo que redundará en un mayor consumo de frutas y hortalizas o, lo que es lo mismo, alimentos sanos y saludables con un impacto muy positivo sobre nuestra salud.

### Acerca de CuteSolar

**CuteSolar: cultivando el sabor de Europa en los invernaderos solares** es un programa impulsado por **APROA**, Asociación de Organizaciones de Productores de Frutas y Hortalizas de Andalucía, **HORTIESPAÑA**, Organización Interprofesional Española de Frutas y Hortalizas, y **EUCOFEL**, Asociación Europea de Frutas y Hortalizas, con el objetivo de informar a los consumidores europeos de las características específicas de los métodos de producción agrícola en invernaderos solares, especialmente en aspectos clave como la sostenibilidad y el respeto al medio ambiente y la seguridad, calidad y trazabilidad de los cultivos.

El programa, que cuenta con una inversión total de más de un millón y medio de euros, está cofinanciado por las organizaciones proponentes y la Unión Europea, tendrá una duración de tres años (2020-2022) y se desarrollará en España, Alemania y Bélgica.

### Para más información:

María Jesús Gómez Talaván (91 563 67 80 / [mjgomez@roatan.es](mailto:mjgomez@roatan.es))