Publicado en *Coordinación General de Comunicación Social* (https://comsoc.udg.mx)

Documentan ciencia y saberes tradicionales para elaborar jugos

SUAM, BPEJ y UdeG publicaron el libro “Jugos para la salud”, el cual aporta conocimientos sobre sus nutrientes

Gota a gota fue extraído el néctar de experiencias y saberes de adultos mayores –de buena parte de Jalisco– y académicos de la Universidad de Guadalajara (UdeG), que resultó en una bebida de color y sabor en forma de manual práctico para elaborar jugos, que aportan nutrientes para la salud de personas en esta etapa de la vida y del resto de la familia.

Se trata de la publicación Jugos para la salud. Intervención participativa de los adultos mayores, editada por el Sistema Universitario del Adulto Mayor (SUAM), la Biblioteca Pública del Estado de Jalisco (BPEJ) “Juan José Arreola” [1] y la UdeG, presentada en la sede Agua Azul de la biblioteca.

La idea del libro surgió porque en los cursos de “Huertos urbanos” y “Plantas medicinales” del SUAM, los académicos observaron que los adultos mayores tienen mucho conocimiento sobre plantas, dijo uno de los autores, doctor Javier García de Alba Verdugo, académico del Centro Universitario de Ciencias Biológicas y Agropecuarias (CUCBA). [2]

En entrevistas y conversaciones “encontramos que había recetas de un adulto mayor, de 85 años, que eran de su abuelo, es decir, si remontamos las generaciones estamos hablando de 1820 o 1830; hay un rescate generacional del siglo antepasado, y eso es un tesoro de información que no estaba escrita”, resaltó.

Otra de las autoras, académica Blanca Catalina Ramírez Hernández, informó que este documento forma parte de un proyecto, en el que se trata de comprobar tanto en laboratorio como en bibliografía la efectividad medicinal de diversas especies vegetales.

“En México tenemos una riqueza de más de cuatro mil 500 especies con potencial para uso medicinal, y solamente hemos explorado una parte. Es un esfuerzo conjunto para investigar si verdaderamente tienen efectividad y separar la magia de la realidad”, indicó.

Consideró que del total de plantas se aprovecha 20 o 30 por ciento. La mayoría de los jugos atienden enfermedades crónico-degenerativas, aunque también infectocontagiosas como artritis, reumas, infecciones estomacales, de riñón, cardiovasculares.

Acudieron a la presentación del libro, el primero que edita el SUAM, la investigadora del Instituto de Neurociencias del CUCBA, doctora Eliana Barrios de Tomasi y la doctora María del Rosario Ruiz Durán, del Centro Universitario de Ciencias de la Salud (CUCS). [3]

Barrios de Tomasi explicó que el libro fue trabajado durante tres años. Resaltó que en 135 páginas se muestra la preparación de jugos, los nutrientes y propiedades de las sustancias que están contenidos en los vegetales y frutas; y su proceso de lavado, entre otros aspectos.

Ruiz Durán subrayó que este libro “es una solidaria recopilación de saberes que conjunta la curiosidad de la juventud” de los profesores universitarios, con la sabiduría de 70 adultos mayores, “quienes se negaron a dejar morir su experiencia”.

Otros de los autores fueron la maestra Hermila Brito Palacios y Aurora Rosas Ramírez, también académicos del CUCBA y profesores del SUAM.

Fotografías: Abraham Aréchiga
Por: Eduardo Carrillo

A t e n t a m e n t e
"Piensa y Trabaja"
Guadalajara, Jalisco, 11 octubre de 2018

URL Fuente: https://comsoc.udg.mx/noticia/documentan-ciencia-y-saberes-tradicionales-para-elaborar-jugos

Links
[1] http://www.bpej.udg.mx/
[2] http://www.cucba.udg.mx/
[3] http://www.cucs.udg.mx/