



# Helados

El helado es un producto tan particular y conocido que casi no necesita presentación, pero es interesante destacar la descripción del Artículo 1074 del Código Alimentario Argentino, que define los helados como: *“(...)productos obtenidos por mezclado congelado de mezclas líquidas constituidas, fundamentalmente, por leche, derivados lácteos, agua y otros ingredientes(...)”*

## El helado como alimento

En muchos lugares del mundo el consumo de helados es prácticamente continuo e independiente de la estación del año, tendencia que se empieza a notar también en los países donde tradicionalmente se consumían solo en la época veraniega, incluyendo al nuestro.

En Argentina, tan sólo casi dos décadas atrás, las heladerías tenían una estacionalidad bien definida, abrían sus puertas con los primeros días de calor en el mes de noviembre y las cerraban antes de los primeros días de frío otoñal, en abril. Sin embargo, se intenta desestacionalizar paulatinamente el consumo, proceso al que no es ajeno el esfuerzo de los empresarios del rubro, quienes además apuntan a demostrar que el producto es más que una golosina para posicionarlo como un alimento saludable por los ingredientes utilizados en su elaboración.

Las cualidades nutricionales del helado están basadas en las propiedades que aportan sus diversos componentes:

**Energía.** Según posean -o no- cobertura o agregados como dulce de leche, pasas, chocolate, etc. los helados de base láctea contienen aproximadamente entre 150 y 350 Kcal cada 100 gramos. Los elaborados a base de agua, que no incluyen grasa en su composición, aportan entre 70 y 140 Kcal cada 100 gramos.

**Hidratos de carbono.** Proceden del azúcar, la lactosa y de la glucosa o jarabe de glucosa (16 a 40% de hidratos de carbono en helados de crema o leche), razón por la que resulta importante moderar su consumo. En los helados de bajo contenido glucídico, se emplean edulcorantes no calóricos o fructosa.

**Grasa.** Es aportada por la leche y sus derivados. Los helados de crema o leche normalmente contienen solo grasa láctea, pese a lo cual su aporte de colesterol no es elevado. Estas grasas son en su mayoría saturadas y en algunos casos poseen grasas *trans* en baja cantidad, por lo que se recomienda moderar su consumo. Los productos con cobertura de chocolate, aumentan el contenido de grasas pero su perfil lipídico mejora. Los helados cuya base es el agua no contienen grasa ni colesterol.

**Proteínas.** Proviene de la leche y productos lácteos, las proteínas son de buena digestibilidad y de alta calidad. Si se

**Téc. Hernán Santucho**  
Secretaría de Agricultura,  
Ganadería y Pesca



## Helados

añade yema de huevo, frutos secos, galletas, etc., el aporte proteico aumenta pero no en grandes proporciones, ya que estos ingredientes se emplean en pequeñas cantidades.

**Vitaminas.** Su presencia depende de la cantidad de leche y huevo que contenga el helado. Los de crema o leche y ciertos postres helados aportan vitaminas liposolubles (A y D). También poseen vitamina B2 o riboflavina.

**Minerales.** Son proporcionados por los productos lácteos, frutas y frutos secos (calcio y fósforo de la leche, potasio y magnesio de origen vegetal). También aportan sodio en bajas cantidades.

### Artesanales e industriales

Según el procedimiento empleado en su elaboración, los helados comprenden dos grandes divisiones:

**El Helado Industrial**, que se elabora con leche en polvo, saborizantes, concentrados industriales, esencias y colorantes. Los establecimientos productores utilizan maquinaria de proceso continuo que permite manejar volúmenes de cientos de litros de producto por hora. También le da lugar a modificar otros parámetros del mismo, como el porcentaje de aire y adicionarlo al que se incorpora mediante el batido.

Usualmente el volumen de este tipo de helados se mide en litros en lugar de kilos, y se comercializa en dos mercados que poseen distintas características:

- El Mercado impulsivo, vinculado al deseo espontáneo del comprador, que generalmente adquiere porciones no mayores de 500 cm<sup>3</sup> de manera unitaria o individual. El fabricante es quien se encarga de mantener la cadena de frío desde el traslado de los productos en camiones refrigerados, hasta los *freezers* que instalan en puntos de venta tales como kioscos, estaciones de servicio, espectáculos públicos, etc.
- El Mercado hogareño, que apunta al consumo familiar y consume potes o baldes de distintos tamaños, y postres (bombones, tortas y postres para cortas en porciones). Se comercializan en supermercados, autoservicios y almacenes.

**El Helado Artesanal**, producido con materias primas naturales tales como leche, crema de leche, chocolate,

frutas, entre otras. Prescinden de esencias, aditivos o conservantes, y su elaboración se realiza en forma discontinua y casi diariamente, por lo que se manejan volúmenes menores.

Usualmente este helado se comercializa en los lugares donde se elabora, otorgándole al producto mayor valor agregado. Las ventas son a granel según demanda del consumidor, en los clásicos “cucuruchos”, vasitos y potes.

### Gustos para todos

En la actualidad, los sabores de los helados son extraordinariamente variados. El abanico de posibilidades abarca desde los tradicionales y más popularmente elegidos, como los de frutilla, chocolate, vainilla o dulce de leche, hasta otros más exóticos como fernet cola o mate cocido, y la nómina se amplía en forma permanente, impulsada por la inspiración de los elaboradores, verdaderos *chefs* de las temperaturas bajo cero.

Por otra parte, de acuerdo a sus características y a los ingredientes empleados en la elaboración, existen varios tipos diferentes de helados:

**Helados de agua o Sorbetes.** Esta denominación corresponde a los productos en los que el componente básico es el agua.

**Helados o Helados de leche.** Así se designan los productos que han sido elaborados a base de leche.

**Cremas heladas o Helados de crema.** Son elaborados a base de leche y adicionados de crema de leche y/o manteca.

**Torta Helada o denominaciones similares.** Se trata de productos elaborados con distintos tipos de helados a los que se agregan ingredientes diversos, tales como bizcochuelo, masa de tortas, sustancias alimenticias de relleno, sustancias decorativas y otros productos.

**Helados de bajo contenido glucídico.** Designa a los helados modificados en su contenido de azúcar o edulcorantes, también llamados *diet*.

**Helados aptos para celíacos:** son los helados sin TACC (trigo, avena, cebada y centeno).

## El panorama argentino

Según estimaciones de la Asociación de Fabricantes Artesanales de Helados y Afines (AFAdHyA), en la Argentina existen alrededor de 2.000 empresas productoras de helado artesanal, esto hizo que en los últimos años aumente en un 50% el consumo anual per capita, pasando de 4 Kg. en el 2006 a los 6 Kg. en el 2012. El consumo a nivel mundial, está encabezado por Nueva Zelanda con 26,3 Kg., seguido por Estados Unidos con 24,5 Kg., Canadá y Australia con 17,8 Kg. Esto demuestra que la Argentina es un país con un consumo relativamente bajo, pero que puede desarrollarse todavía mucho más. A la hora de explicar esta baja penetración del producto en el mercado local en comparación con otros países, se destaca que el negocio aún es afectado por la estacionalidad, y que el principal desafío de la industria pasa por incrementar el consumo de los hogares en los meses de invierno.

### Un helado innovador

Científicos de la Universidad Nacional de La Plata (UNLP), desarrollaron un helado enriquecido con fitoesteroles y ácidos grasos omega 3, libre de grasas trans y reducido en calorías, que disminuye los niveles de colesterol y colabora en la prevención de enfermedades cardiovasculares.

El resultado se obtuvo tras más de un año de investigaciones encabezadas por especialistas del Programa de Prevención del Infarto en la Argentina (ProPIA) de la facultad de Medicina, junto a ingenieros en alimentos de la UNLP.

En principio, los helados elaborados con estas condiciones son de limón, dulce de leche frutilla y crema americana, pero se planea incluir otros sabores. Está disponible para la venta en una cadena de heladerías platense, pero como la Universidad no tiene firmado un convenio de exclusividad, el número de heladerías que ofrezcan el producto puede ampliarse.

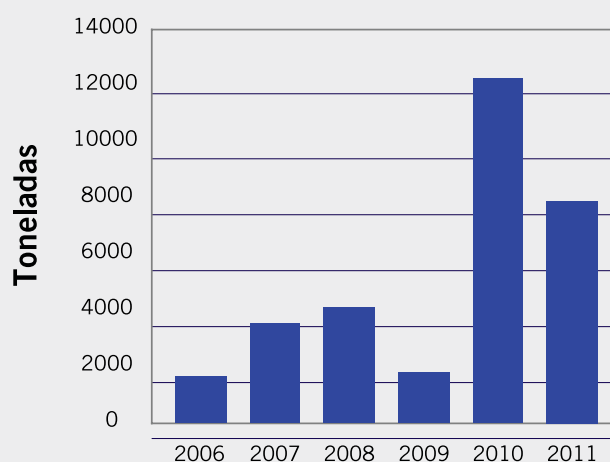
El helado desarrollado por este grupo de científicos, recibió el premio en la categoría "Producto Innovador" en el Concurso Nacional de Innovaciones 2011 (INNOVAR), organizado por el Ministerio de Ciencia, Tecnología e Innovación Productiva a través de su Secretaría de Planeamiento y Políticas.

**Fuente** | Universidad Nacional de La Plata – Ministerio de Ciencia, Tecnología e Innovación Productiva

En relación a la preferencia de los consumidores, actualmente hay un crecimiento del consumo en la propia heladería con la preferencia del envase de 1/4 Kg. En la última década aparecieron nuevos gustos y tendencias respecto al consumo, sin embargo los gustos tradicionales siguen liderando los pedidos. En las épocas más frías del año se evidencia un alto consumo de dulce de leche, chocolate y los gustos cremosos, y en verano se consumen otros más frutales como limón y frutilla.

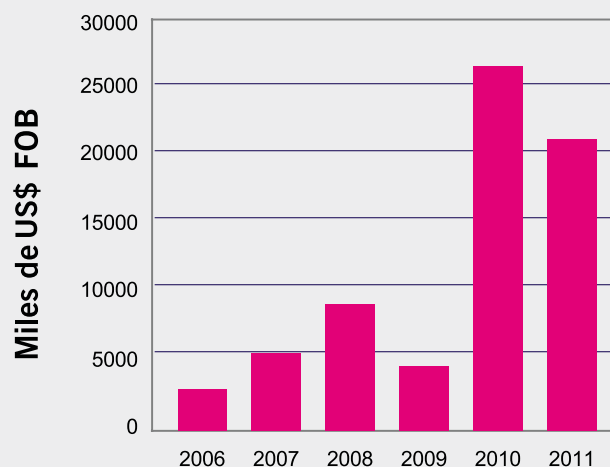
En nuestro país tradicionalmente los helados fueron destinados al consumo interno, pero en los últimos años las exportaciones cobraron relevancia.

### Volúmen de las exportaciones argentinas de helados



**Fuente** | Subsecretaría de Lechería

### Valor de las exportaciones argentinas de helados



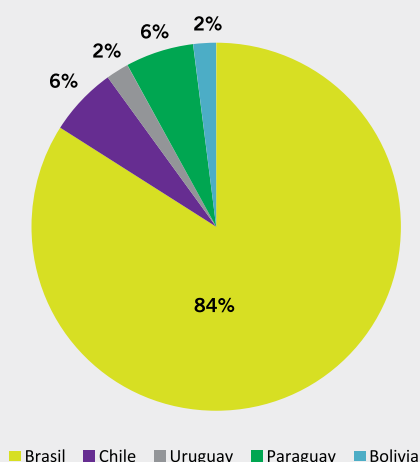
**Fuente** | Subsecretaría de Lechería

## Helados

Según datos de la Dirección de Agroalimentos, en 2011 la Argentina exportó a los países limítrofes un total de 7.900 toneladas, que representaron ingresos por US\$ 21,3 millones de dólares FOB. Los datos significaron una disminución del 35% en volumen y 20% en valor respecto a los registrados en el 2010.

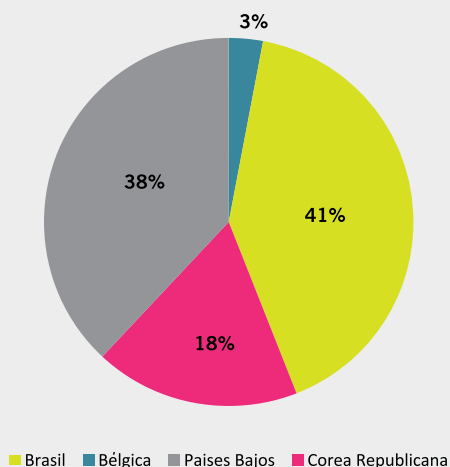
El primer mercado destino de las exportaciones del sector fue Brasil (representó el 84%), seguido por Chile y Paraguay, con un 6% cada uno. Bolivia y Uruguay se repartieron el 4% restante.

### Volumen de las exportaciones de helados por destino año 2011



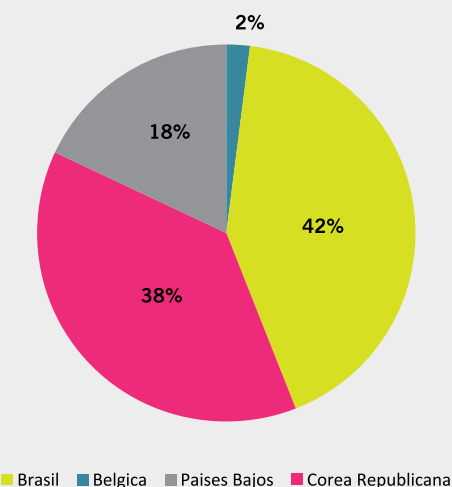
Fuente | Subsecretaría de Lechería

### Importaciones año 2011 - Valor FOB US\$



Fuente | Subsecretaría de Lechería

### Importaciones Año 2011 - Volumen (Kilos)



Fuente: Dirección de Agroalimentos

Algunas de las empresas que hacen llegar sus productos al exterior, son: Arcor y Nestlé, las mayores exportadoras de helado industrial, que extienden la comercialización de sus productos a Paraguay, Bolivia, Brasil y Uruguay; Freddo, que posee locales en Brasil y se está expandiendo en Chile; Chungo, que recientemente abrió una sucursal en Brasil. Un caso a destacar es el de la empresa Grido, perteneciente a Helacor S.A., que se está posicionando en Chile e intenta afianzarse en Uruguay; entre los tres países donde esta empresa posee franquicias, ha logrado sumar más de mil sucursales.

Los helados importados en el mismo año representaron 375 toneladas valuadas en US\$ 852 mil dólares FOB, y provinieron principalmente de Brasil, los Países Bajos, Corea Republicana y Bélgica.

### Fuentes consultadas

Asociación de Fabricantes Artesanales de Helados y Afines (AFAdHyA).- Consultora Mundohelado.com.- Valor Nutritivo de los Helados como postre y merienda (Departamento de Nutrición y Bromatología de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Barcelona 2004)- Instituto de Investigaciones de la Escuela de Economía FCEyE UNR / Municipalidad de Rosario