



21

BEBIDAS ISOTÓNICAS NATURALES

Profesores coordinadores: Alfonso García Santiago y Miguel Ángel Pérez

Lucía Carmona Vico, Víctor Manjón Figueroa,

Almudena Gómez Gallego, Agustín Yerpes García

I.E.S Iulia Salaria. Calle San Antón 1, CP: 23410, Sabiote (Jaén)

iulia_salaria@hotmail.com

Una bebida isotónica debe reponer las sustancias que el organismo pierde cuando se realiza ejercicio físico y tener, por definición, una concentración similar a la del cuerpo humano. Este trabajo pretende encontrar la manera de realizar de forma artesanal, una bebida isotónica con ingredientes naturales. Los integrantes del grupo hemos conseguido botellas de las bebidas isotónicas más conocidas que en estos momentos existen en el mercado, suero de farmacia y algunas recetas caseras. Después de analizar lo que todas ellas poseen en común, intentamos perfeccionar la receta de diferentes bebidas isotónicas en las que no hay que olvidar agregar algún componente que dé un gusto más o menos rico para que cuando la población la cate sienta el placer de un buen sabor. Elaboramos diferentes muestras para que la población de nuestro pueblo, Sabiote, y los alumnos del instituto, las prueben en un panel de cata y nos den su veredicto para que así nos resulte más fácil elaborar una bebida definitiva que cause un gran placer al beberla y que le guste todo el mundo, sin olvidarnos de que debe aportar un aumento en la energía de nuestro cuerpo y que nos pueda ayudar a hacer deporte o cualquier otro tipo de esfuerzo. Esperamos que nuestro trabajo de investigación haya dado el resultado de una buena bebida isotónica, significado de que lo hemos hecho bien.

Palabras clave: *bebida isotónica, sabor, energía, deporte, panel de cata.*