

La UE permite harina de gusano en los alimentos, ¿y qué?

Tiempo de lectura: 3 min.

[Alexander Freund](#)

¡Puaj! Solo pensar en gusanos en la comida le quita el apetito a muchas personas. La ciencia llama a esta reacción "tabú alimentario": ciertos animales, plantas u hongos que son, en principio, comestibles, son considerados tabú en un determinado contexto cultural o dentro de un grupo social y, por lo tanto, no se consumen.

Por ejemplo, los hindúes practicantes no comen carne de res, los musulmanes y judíos practicantes no consumen carne de cerdo, y en las culturas occidentales muchas personas sienten rechazo ante la idea de comer insectos.

Sin embargo, según estimaciones de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), los insectos forman parte de la dieta habitual de aproximadamente 2.000 millones de personas en todo el mundo, especialmente en partes de África, Asia, América Central y América del Sur. De hecho, se considera que más de 2.000 especies de son comestibles a nivel mundial. En México, hay unas 300 especies comestibles.

Ahora, por primera vez, la Unión Europea (UE) ha aprobado el uso de harina de gusano tratada con luz ultravioleta en la producción de alimentos. Esta aprobación se refiere a la harina obtenida de las larvas del escarabajo de la harina (*Tenebrio molitor*). No se trata de consumir gusanos enteros, grillos fritos o larvas de seda, ni de otros escenarios aterradores que algunos podrían imaginar.

Esta harina, que es muy rica en proteínas, se incluirá en pequeñas cantidades en productos de panadería industrial como pan o pasteles, en productos de pasta, en alimentos procesados a base de papa y en productos lácteos como el queso.

No hay riesgo para la salud en el consumo de insectos

La harina de gusano no representa un riesgo para la salud, de lo contrario, no habría sido aprobada. Así lo señala también la Oficina Federal de Protección al Consumidor

y Seguridad Alimentaria de Alemania.

Antes de su aprobación, los fabricantes deben solicitar un permiso para cada insecto que quieran comercializar bajo la Regulación de Nuevos Alimentos ("Novel-Food-Verordnung"). La Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA) realiza una evaluación científica detallada para garantizar que el producto sea seguro para la salud humana.

Las cantidades máximas permitidas están reguladas:

El pan y los pasteles pueden contener un máximo de 4 gramos de harina de gusano de la harina por cada 100 gramos de producto final.

En el caso del queso, la cantidad máxima es de 1 gramo por cada 100 gramos de producto final.

Para eliminar posibles patógenos antes de su uso, la harina es sometida a radiación ultravioleta (UV). Además, este proceso aumenta el contenido de vitamina D3 en el polvo.

¿Por qué los gusanos de la harina son adecuados para el consumo?

Los gusanos de la harina contienen nutrientes esenciales como hierro, zinc y vitaminas del grupo B. Además, tienen un alto contenido proteico: la nueva harina de gusano aprobada contiene entre 50 % y 55 % de proteínas.

Otro aspecto clave es su producción más sostenible, en comparación con fuentes tradicionales de proteínas como el ganado vacuno, porcino y aviar. La cría de gusanos de la harina requiere menos agua, alimento y espacio, además de generar menores emisiones de gases de efecto invernadero.

Los insectos ya están presentes en los alimentos

Desde 2021, la Unión Europea ha aprobado el uso de cuatro insectos como alimentos, generalmente en forma deshidratada o en polvo:

El gusano de la harina amarillo seco (*Tenebrio molitor*).

El saltamontes migratorio (*Locusta migratoria*).

El grillo doméstico (*Acheta domesticus*).

La larva del escarabajo del moho del grano (*Alphitobius diaperinus*), también conocida como gusano búfalo.

Estos insectos ya pueden encontrarse en diversos productos alimenticios, como productos cárnicos preparados, panadería, mezclas para hornear, pastas, pizzas, snacks (chips, aperitivos de maní), chocolate, queso, mermeladas, cereales, barritas energéticas y muchos más.

Quienes deseen evitarlos deben revisar cuidadosamente la lista de ingredientes. La legislación de la UE exige que los insectos sean claramente etiquetados en los alimentos que los contengan. La etiqueta debe incluir el nombre en latín y en el idioma del país de venta, además la forma en que se ha utilizado el insecto (entero, en polvo, etc.).

Asimismo, el producto debe llevar una advertencia sobre posibles reacciones alérgicas en personas alérgicas a crustáceos, moluscos y ácaros del polvo.

11 de febrero 2025

DW

<https://p.dw.com/p/4qKTD>

[ver PDF](#)

[Copied to clipboard](#)