



La Panela es un producto tradicional de nuestra cultura alimenticia. Este alimento básico en la canasta familiar se consume en todas las regiones del país, aporta principalmente energía de fácil asimilación por parte del organismo humano. Sus características físicas favorecen su transporte y almacenamiento.

El colombiano es el mayor consumidor de panela en el mundo con un promedio de 25 kilogramos por habitante al año. Este alimento popular, es utilizado como endulzante en la preparación de bebidas, dulces, postres y encurtidos. También, tiene aplicaciones medicinales como cicatrizante y como coayudante en el tratamiento sintomático de la gripa, en infusiones aromáticas combinada con limón.

La escasa promoción de sus virtudes nutricionales y sus beneficios para la salud humana, así como la publicidad de otros productos edulcorantes de menor valor nutritivo, están afectando su consumo.

Que es la Panela?

La panela es un alimento sólido o granulado producido mediante la evaporación de los jugos de la caña de azúcar.

La panela se procesa artesanalmente en los trapiches paneleros de las fincas cañeras. En estas unidades de trabajo, un grupo de campesinos, transforma la miel de la caña en panela, para el deleite de los consumidores. Este producto conserva todas las propiedades de la caña de azúcar, por lo que es considerado un alimento natural e integral. Las ventajas de la panela surgen de su elaboración, ya que en ella no se emplean procesos químicos que alteran las vitaminas y minerales contenidas en la miel de la caña, haciendo más difícil su asimilación y aprovechamiento.

El consumidor encuentra en los supermercados y tiendas diferentes formas de presentación de la panela. La más

tradicional es la panela en bloque sólido, cuadrado o redondo. El peso de cada bloque oscila entre 350 y 500 gramos y el color varía desde marrón oscuro hasta amarillo claro.

Para facilitar su uso en la preparación de bebidas y otros alimentos se han desarrollado nuevas formas de presentación como la panela granulada, las pastillas y en cubos pequeños.



Composición Físico - Química

La panela es una fuente importante de energía por su alto contenido de sacarosa (76 a 84%) y por su aporte de glucosa simple (7 a 12%).

Los minerales de la panela son: calcio, potasio, fósforo, sodio, magnesio, hierro, zinc y manganeso. Además, tiene pequeñas cantidades de vitamina B, o Tiamina, B₂ o Riboflavina, Vitamina C o Ácido Ascórbico y Niacina.

Su bajo contenido de humedad restringe el desarrollo de microorganismos, permitiendo su manipulación, almacenamiento y transporte en condiciones adversas.

Composición Físico Química de la Panela

Análisis	Límite Inferior	Límite Superior
Análisis proximal		
Humedad %	5,77	10,18
Proteína %	0,39	1,13
Nitrógeno %	0,06	0,18
Grasa %	0,13	0,15
Fibra %	0,24	0,24
Azúcares Reductores %	7,10	12,05
Sacarosa %	75,72	84,48
Cenizas %	0,61	1,36
Minerales, mg/100 g		
Magnesio	28,0	61,0
Sodio	40,0	80,0
Potasio	59,0	366,0
Calcio	57,0	472,0
Manganeso	1,2	4,05
Fósforo	34,0	112,5
Zinc	1,3	3,35
Hierro	2,2	8,0
pH (Acidez)	5,77	6,17
Peso g	378	498
Poder Energético		
Calorías/ 100g	322,0	377,0

Fuente: Manual de elaboración de panela y otros derivados de la caña. CIMPA, 1992.