



El saludable sésamo como atractivo para los mercados

Posted on Agosto 10, 2026

(Londres) Un producto alimenticio que hoy atrae en los mercados alimentarios es sin dudas el sésamo, quizás un poco olvidado pero de indudables beneficios e impacto.

El sésamo está de moda en muchos países debido a las recetas de salud para beneficio humano, por tanto el que se produce en naciones latinoamericanas como Nicaragua tiene mucho peso en cuanto a los reclamos internacionales.

Los bajos costos en la producción de sésamo convierten a este producto en una opción con gran rentabilidad para los pequeños productores.

A esto se le suma la creciente tendencia de los consumidores mundiales a favorecer alimentos más sanos que tengan cualidades nutritivas y curativas como es el caso del sésamo o ajonjolí como también se le llama a este producto utilizado para la extracción de aceite y como alimento.

El cultivo del sésamo no demanda grandes cantidades de insecticidas ni nutrientes, eso lo convierte en uno de los más baratos en cuanto a costo de inversión, y lo hace accesible a los pequeños productores.

Los principales mercados para la producción local de sésamo son Japón, Guatemala, Estados Unidos y

México. Solo en 2012, las exportaciones de este producto generaron ingresos por 8,6 millones de dólares, cuando se vendieron 3,17 millones de kilos, según estadísticas del Centro de Trámites de las Exportaciones (Cetrex).

Entonces, ya para 2014 resultó un buen año para la semilla de sésamo, de tal cuenta que se convirtió en el segundo lugar del top 5 de productos agrícolas de mayor exportación, eso gracias a un crecimiento del 18,6 por ciento en sus exportaciones.

En los últimos años el cultivo de sésamo se ha convertido en una opción de ingreso económico importante para más de 15 mil pequeños productores de maíz de la zona costera en los departamentos de San Marcos, Quetzaltenango, Retalhuleu, Suchitepéquez, Escuintla y Santa Rosa en Nicaragua.

El *sesamum indicum* es una planta del género *Sesamum*, cuyas semillas, conocida popularmente como ajonjolí o sésamo, son comestibles. La planta es cultivada por sus semillas ricas en óleos, que se emplean en gastronomía, como en el pan para hamburguesas. También es usado para hacer dulces como la halva.

El Maipo/PL