

# EDITORIAL

## ¿COMEMOS DEMASIADOS HUEVOS?

La pregunta, obviamente, no es nuestra sino que nos la planteamos a raíz de un reciente informe que ha publicado el Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente –MAGRAMA– en colaboración con la Fundación Española de la Nutrición –FEN– en el que han evaluado la dieta española en los últimos años a partir de los datos del Panel de Consumo Alimentario del citado Ministerio, de los años 2007 y 2008, donde se indica que el consumo de huevos –junto con de algunos otros determinados productos– “se encuentra por encima de lo recomendado”.

Ante todo, queremos hacer observar la antigüedad del informe, aunque publicado ahora: nada menos que cerca de 4 años. Y en la época de crisis en la que nos hallamos sumidos, con los considerables cambios socio-económicos que han tenido lugar en nuestra población, una conclusión basada en unos consumos del 2008 creemos que tiene un valor muy relativo. Para muestra, véase el contenido de la entrevista que precisamente sobre este tema publicamos en este mismo número.

En segundo lugar, la posible confusión inicial que puede nacer de la forma en que se exponen los datos en este informe, en gramos/persona/día. Aunque reconocemos que quizás sea lo mejor al tratar de productos muy heterogéneos –huevos, carnes, frutas, aceites, etc.– el que se nos informe que, de promedio, los españoles comemos 31,1 g de huevo al día no ilustra demasiado sobre nuestra situación, aunque se detalle que ello viene de la suma de la suma del consumo en el hogar –24,1 g–, en hostelería –5,8 g– y en las instituciones –3,8 g–. Sólo cuando traducimos estas cifras a unidades anuales –estimando un peso medio del huevo de 62 g, que ninguna autoridad nos ha aclarado nunca si es el que ellos utilizan– tendríamos unos consumos respectivos para los tres lugares de 142, 34 y 7 unidades anuales, de lo que resultaría un total de 183 huevos per cápita.

Para completar esto, si añadimos el consumo nacional de ovoproductos, estimado en unas 104.000 toneladas al año y lo traducimos en huevos-cáscara al año, nos encontramos con otras 37 unidades más al año. En conjunto, pues, unos 220 anuales por persona, lo que, aun siendo una cifra algo baja, ya entra dentro del abanico de posibilidades que tenemos en España en torno al consumo de huevos.

Otros datos adicionales en torno al tema del consumo de huevos son los siguientes:

- Por Comunidades Autónomas, las que lideran el ranking -en los hogares- son Cantabria, Castilla y León y el País Vasco, mientras que las de menor consumo son Baleares y Murcia.
- Por el entorno social, el mayor consumo de huevos ocurre entre los mayores de 65 años, en poblaciones menores de 2.000 habitantes y entre personas que tienen su trabajo en casa.

Hasta aquí y salvadas las objeciones citadas, todo ello entra en el terreno del análisis que habría que realizar –nosotros brindamos la idea al Instituto de Estudios del Huevo– para ver de actuar en aquellos campos en los que cabría insistir en unas acciones de promoción sobre nuestro producto. Solo que entonces nos toparíamos con lo que antes hemos indicado, la afirmación del FEN de que “el consumo de huevos en España, que se redondea en 4 unidades semanales, es excesivo para cubrir una dieta saludable, al ser ésta de 3 unidades semanales”.

Aparte de que a nosotros no nos salen estas cuentas pues aun suponiendo el consumo total de huevo-cáscara, y no solo el del hogar, tendríamos 3,5 unidades/semana, la contradicción en torno al consumo es evidente con otro dato más reciente del mismo MAGRAMA: el informe sobre los indicadores económicos de la avicultura de puesta, correspondiente al año 2011 y publicado en mayo del actual. Aunque en el mismo se habla de “consumo aparente” –pero sin aclarar el significado de este adjetivo–, éste se cifra en 14,9 kg per cápita para el 2011, cantidad que, traducida en unidades, nos daría un consumo anual de 240 huevos, equivalente a su vez en 4,6 huevos por semana. Así que, ante todo, nos gustaría que, por quien fuese, se nos diesen unas cifras claras sobre este tema...

Pero en fin, lo que ahora nos preocupa es la importancia de la afirmación del FEN que puede causar un efecto nefasto para el consumo de huevos sobre quien lea el informe. ¿Es que, aun sin ir más lejos de nuestras fronteras, sus autores no han leído un estudio de la Universidad de Navarra, publicado el año pasado en el que se decía textualmente que “los participantes -14.185 voluntarios adultos- que consumían cuatro o más huevos por semana no tenían más riesgo de sufrir un problema cardiovascular que aquellos que tomaban menos de uno por semana”.

Por favor, FEN, un poco más de seriedad a la hora de emitir sus comentarios.

