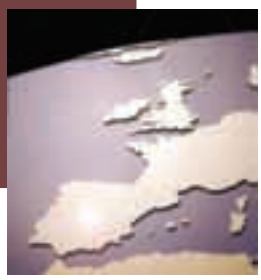

Destierran la idea de que comer huevos aumenta el colesterol en adolescentes

Un estudio liderado por investigadores de la Universidad de Granada concluye que comer más huevos no se relaciona con un mayor colesterol plasmático en adolescentes, independientemente de su nivel de actividad física.

La investigación, dada a conocer el pasado 17 de julio por la Universidad de Granada, analiza la asociación entre la ingesta de huevo en edad adolescente y los principales factores de riesgo de desarrollar enfermedades cardiovasculares como el perfil lipídico, la adiposidad, la resistencia a la insulina o la tensión arterial.

Según Alberto Soriano, principal autor del trabajo, los profesionales de la salud mantenían tradicionalmente que comer huevos incrementaba el nivel de colesterol, de ahí que en las últimas décadas haya habido una tendencia a restringir su ingesta desde diversos organismos de salud pública. Sin embargo, las investigaciones más recientes afirman que el incremento del colesterol plasmático parece estar más influenciado por la ingesta de grasas saturadas y grasas trans -presentes en carnes rojas o bollería industrial-, que por el propio colesterol de la dieta.

Así, los resultados de este trabajo, perteneciente al estudio europeo Helena y con nueve países implicados, demostraron que comer más cantidad de huevos no se vincula con un mayor nivel de colesterol plasmático ni con un peor perfil cardiovascular en adolescentes, independientemente de su actividad física.

Aunque a finales del siglo XX se mantenía que comer más de dos huevos a la semana aumentaba el colesterol, en los últimos años los expertos han ido desmintiendo este mito.

Las conclusiones de la investigación, que han sido publicadas en la revista "Nutrición Hospitalaria", concuerdan con estudios recientes en adultos sanos que sugieren que una ingesta de hasta siete huevos por semana no está asociada con un mayor riesgo de desarrollar enfermedades cardiovasculares, según Soriano.

Como consecuencia, los autores proponen una revisión de las recomendaciones para la alimentación de los adolescentes, si bien sostienen que sería conveniente replicar la investigación en una población en la que la ingesta de huevos fuese superior.

En 1973, la Asociación Americana del Corazón recomendó limitar la ingesta de huevos a un máximo de tres por semana, una idea que fue aceptada durante años por los responsables sanitarios. Sin embargo, aunque la mayor parte de los alimentos ricos en colesterol suelen ser también ricos en grasas saturadas, un huevo de tamaño medio contiene unos 200 miligramos de colesterol, pero tiene más grasas insaturadas que saturadas y aporta solo 70 calorías. EFEAGRO •

Los productores de pollo harán "escraches" si sigue el abuso a los ganaderos

En unas manifestaciones hechas el pasado 4 de julio, Javier López, presidente de la Asociación de Criadores de Ave de Galicia, indicó que están dispuestos a hacer "escraches" si continúa el abuso que bajo su criterio se está ejerciendo sobre los ganaderos al conceder a los pollos una falsa apariencia de producto reclamo.

En una acción sindical protagonizada en la capital gallega para denunciar las prácticas abusivas contra los productores por parte de la cadena de distribución alemana Lidl, ha lamentado que esta firma no contestase a la misiva que les ha sido enviada y que fijasen al pollo un precio de 1,99 euros, por debajo de los costes de producción.

En Alemania, en cambio, el importe supera los 3 €, cuando los costes de producción en España son de 1,98 € y en el país germano de 1,64 € , según los datos de los respectivos Ministerio de Agricultura, ha apuntado. Otro "hándicap" a mayores es que el pollo que Lidl comercializa en Galicia procede de otra comunidad, en concreto de Castilla y León.

López ha explicado que si la empresa no cede, "esto va a continuar", y ha agregado que con otras distribuidoras ya hubo un acuerdo y es necesario poner fin a esta "guerra". "Si (Lidl) no cambia de postura, habrá "escraches" en sus establecimientos en Galicia, sin olvidarnos de su centro logístico en A Coruña", ha manifestado.

Con ejemplos, ha expuesto las consecuencias de estas prácticas, unas pérdidas de 34 millones y medio de euros en los últimos seis meses y un peligro para los 5.000 puestos de trabajo directos e indirectos del sector, el segundo más importante en facturación después de la leche.

A la Xunta le ha pedido atención, y a la Consellería de Medio Rural y Mar un encuentro, tras habérselo solicitado el pasado 4 de abril, y el 25 de ese mes coincidiendo "con la Revolución de los Claveles".

"La callada por respuesta no", ha afirmado, y ha criticado que esto sea lo que recibe "lo que afecta al sector primario". Roberto García, secretario general de Unións Agrarias, ha dicho a este respecto que si solo atendiese al mensaje del presidente gallego, sería un "fanático" de Alberto Núñez Feijóo porque hablando "no nos defrauda".

"Cuando dice que va a tener mano dura con la distribución", esto es lo que se pide, pero luego resulta que en Cantabria desde ese Gobierno se abre un expediente sancionador a quien incurra en estas prácticas y en Galicia, donde se hizo "de forma brutal" y aún existen ejemplos, no se adopta esta medida.

López y García han advertido de la incertidumbre que reina en este colectivo tras el anuncio de cese de actividad de la cuarta planta integradora de aves por volumen de producción, Louriña, en Mos, dentro de la provincia de Pontevedra.

Una pequeña comitiva, bandeja de pollo en mano, ha entrado en este establecimiento de Lidl en Compostela para intentar hablar con algún responsable. Fuentes de Lidl han indicado que todo el pollo que se vende en España es de "origen español", que a nivel nacional juegan en un mercado de libre competencia y en base al mismo se fijan los importes, y las comparaciones con Alemania simplemente "desvían el debate".

A la acción sindical del 4 de julio en Santiago ha asistido el secretario de Organización del PSdeG y portavoz de Agricultura de los socialistas, Pablo García. EFEAGRO •

Granja Agas alcanzará unas ventas por exportaciones de 1.200.000 € en 2013

Granja Agas, empresa dedicada a la producción y venta de huevos y con sede en Motilla del Palancar –Cuenca-, ha hecho públicas sus expectativas económicas respecto a las exportaciones para todo 2013, que alcanzarán 1,2 millones de euros gracias a las ventas realizadas en África y Asia. Así, espera llegar al volumen que alcanzaba hace tres años, después de la reducción de su parque de ponedoras el año pasado -tónica general en todas las granjas- como consecuencia de la Directiva de bienestar animal.

Rocío García, directora financiera de la compañía, explicó a SELECCIONES AVÍCOLAS que esta previsión en la exportación supondrá el 15% de la facturación total de la empresa, que además está viviendo un proceso de inversiones en equipos. Así, además de la nave construida el año pasado, que ya está en pleno funcionamiento, este año se invertirán 230.000 euros para mejorar la producción. Aunque este proyecto está aún en fase inicial, se espera que a finales de año o principios de 2014 ya estén instalados los nuevos dispositivos: por un lado, un detector de sucios en la máquina de clasificar huevos y, por otro, un programa informático para el control de la trazabilidad.

El detector de sucios es un aparato que suministra la firma de la propia máquina clasificadora, y funciona mediante ultrasonidos, detectando automáticamente la posible suciedad de la cáscara del huevo y desviándolo a otro carril. •

BIG DUTCHMAN responde las dudas sobre los aviarios en el día de la producción alternativa

Presente en España desde 1958, la multinacional alemana Big Dutchman recoge cada año numerosas preguntas de avicultores en activo o potenciales avicultores y, entre ellas, las relacionadas con el tema de aviario, siendo las del tipo de estos una de las más frecuentes. Por este motivo el pasado 28 de junio organizó en Zaragoza una Jornada sobre la producción alternativa en la que se tocó este tema a fondo, al igual que lo había hecho con anterioridad en otros actos similares celebrados en Valladolid y en Guadalajara.

En estas jornadas Big Dutchman sitematizó las dudas más habituales que surgen en torno al tema, resumiéndolas en 4 preguntas que, aparte de la inversión económica mayor o menor que uno pueda abordar, uno debería responderse antes de abordar un proyecto de aviario.

Estas preguntas, previas a la toma de decisión sobre los aviarios son:

1. **¿Qué mercado quiero atender?**
¿Local, regional, nacional y/o internacional?

2. **¿Tengo en mi zona demanda de huevos alternativos?**
Y si éste es el caso, ¿le da el consumidor suficiente importancia a este tipo de producción?, ¿mi competencia ya está abasteciendo esta demanda?

3. **¿Comercialización propia o integración?**
¿Me interesa más centrarme sólo en la producción y dejar la venta a otro avicultor con canales de ventas ya consolidados o, por el contrario, quiero evitar intermediarios a toda costa y realizaré la venta yo directamente?

4. **¿De qué infraestructuras dispongo?**
¿Tengo ya una nave avícola/ganadera disponible? ¿De qué altura?
¿De cuánto terreno dispongo si quiero que mis aves salgan a un parque exterior?
¿Puedo construir unas naves nuevas en mi finca?

Posteriormente, los organizadores del acto pasaron a explicar sus modelos de aviario Natura NOVA TWIN y Natura STEP, ambos para puesta, con las características diferenciadoras de sus nidales respectos otros en el mercado, dando además un repaso a las particularidades de la iluminación y el manejo en estas instalaciones.

También explicaron la solución de que dispone Big Duthman para un avicultor recriador de pollitas que quiera tener instalaciones polivalentes que le permitan criar futuras ponedoras, bien destinadas a jaulas tradicionales o bien a los nuevos aviarios: el modelo Natura PRIMUS. •

La Jornada o "Día de la producción alternativa", como la denominó Big Dutchman en su presentación de Zaragoza. En la foto, de izquierda a derecha, parte del equipo de la empresa en esta jornada, Estanis Escoda Aguilar, J. Antonio Ferrera y Estanis Escoda Barcelò.