EL SECTOR OPINA

Balance de un año singular

María del Mar Fernández Poza

Directora

ASEPRHU

Podemos decir que 2017 ha sido un año singular para el sector del huevo. Sufrimos la influenza aviar en España, y las consiguientes restricciones a la exportación. Vivimos de cerca el episodio de la contaminación por Fipronil en granjas de la UE, seguido de una caída de la producción que ha derivado en escalada del precio del huevo (aunque para muchos productores este episodio haya sido como un espejismo en el desierto). Hemos perdido la batalla, sin haber podido intervenir, de la definición de los sistemas de producción de huevos del futuro, que los animalistas y la distribución han decidido, sin el sector, que será sin jaulas. Y terminamos con una buena noticia: Federovo se incorpora a la interprofesional INPROVO. La organización refuerza así su capacidad para trabajar con y para la gran mayoría del sector. Toca ponerse manos a la obra ante importantes desafíos que es mejor afrontar unidos.

HUEVOS, VITAMINA D Y DIABETES

La vitamina D del huevo es mejor que los suplementos vitamínicos para mantener niveles adecuados de vitamina D en sangre

La vitamina D desempeña varios papeles críticos en el cuerpo. Es esencial para la absorción del calcio y su regulación, el crecimiento y reparación de los huesos y la función neuromuscular e inmune, entre otras. En los últimos años, nuevas investigaciones la han vinculado favorablemente con varias enfermedades y condiciones fisiológicas, desde el cáncer a la obesidad, lo que sigue siendo un área de investigación. Una de las patologías en las que se cree que la vitamina D puede desempeñar un papel es en el desarrollo de la diabetes tipo 2.

Varios estudios prospectivos han identificado una correlación entre los niveles inadecuados de vitamina D y la diabetes tipo 2. Esta enfermedad se caracteriza por una insuficiencia de vitamina D a causa de la pérdida excesiva de 25-hidroxicolecalciferol en la orina. Un reciente estudio preclínico en el "Journal of Nutrition" por investigadores de la Universidad Estatal de Iowa admite esta conexión.

Se ha realizado un experimento con ratas testigo y otras en riesgo de desarrollar de diabetes tipo 2, que se alimentaron con dos fuentes de vitamina D: suplementos vitamínicos o una cantidad equivalente de vitamina D de huevo entero en polvo. Tras 8 semanas se midieron las concentraciones circulantes de vitamina D y la composición corporal.

Los resultados mostraron que las ratas que consumían huevos enteros experimentaron mayores aumentos en las concentraciones de la vitamina D en el suero sanguíneo en comparación con las alimentadas con suplementos de vitamina D. Lo más importante, el peso corporal y el aumento de grasa, factores de riesgo para el desarrollo de la diabetes tipo 2, se redujo en las ratas con concentraciones más altas de vitamina D, especialmente en ratas alimentadas con huevo entero, en comparación con el suplemento de vitamina D. Esas investigaciones, que resultan muy prometedoras, deben confirmarse en experimentos con humanos para confirmar su validez, lo que podría promover nuevas recomendaciones nutricionales en los pacientes con diabetes tipo 2.

Los huevos son uno de los únicos alimentos que naturalmente contienen vitamina D. Los resultados de este estudio sugieren que la vitamina D de los huevos es más eficaz para influir en los niveles de vitamina D en sangre que una cantidad equivalente de suplemento de vitamina D.•