# LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE ARTERIOESCLEROSIS INCLUYE UN HUEVO AL DÍA EN SUS RECOMENDACIONES DE HÁBITOS DE DIETA SALUDABLES

El "Documento de recomendaciones de la SEA 2018 "El estilo de vida en la prevención cardiovascular" ofrece una revisión actualizada y jerarquizada en base a las evidencias actuales, que presta atención a tres aspectos con gran importancia patogénica y que pueden modificarse directamente: la actividad física, el consumo de tabaco y el patrón de alimentación. En el mismo se dan indicaciones de consumo de varios tipos de alimentos, entre los que se incluye el huevo, del que resumen sus componentes y propiedades nutricionales.

Concluye que "no parece haber razones para restringir el consumo de estos alimentos con el argumento de reducir la ECV -enfermedad cardiovascular-. Partiendo de estos hechos, el informe científico del Comité Asesor de las Guías Alimentarias norteamericanas 2015 no limita la ingesta de colesterol dietético cuando la fuente principal son los huevos. En todo caso, un reciente metaanálisis de estudios prospectivos concluye que su consumo aumenta el riesgo de desarrollar Diabetes Mellitus tipo 2 -DM2- en cohortes americanas, pero no en las europeas y asiáticas, quizá por diferencias ecológicas en los patrones dietéticos y hábitos de consumo.

Su recomendación final, tanto para la población general sana como para las personas con factores de riesgo, ECC -enfermedad cardiaca coronaria- previa o DM2, es que pueden consumir hasta un huevo al día sin incrementar su riesgo cardiovascular.

Las recomendaciones de la SEA actualizan los conocimientos en relación con el riesgo cardiovascular aportando evidencias útiles para ofrecer una herramienta sencilla dirigida a los profesionales de la salud implicados en el cuidado de personas con riesgo cardiovascular para trasladarlos a la práctica clínica. Sus líneas de actuación pueden ser transmitidas a las personas que reciban un consejo para la prevención primaria y secundaria de las enfermedades cardiovasculares.

# ESPAÑA: FIRMADO EL PLAN DE COLABORACIÓN PARA LA MEJORA DE LA COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS Y BEBIDAS 2020

La organización de las industrias de alimentación y bebidas de la UE, FoodDrinkEurope, ha emitido un documento de posición tras la publicación del último informe de Lancet, en el que recalca que el trabajo en común entre el sector público y el privado es imprescindible para lograr los objetivos hacia una dieta más saludable y sostenible.

En España, donde se han acordado durante los últimos años compromisos de FIAB con la Administración para orientar la formulación de los alimentos hacia una composición más saludable, se destacan las experiencias positivas de colaboración público-privada como la estrategia Nutrición, Actividad Física y Prevención de la Obesidad -NAOS-, el Código PAOS, el Plan de colaboración para la mejora de la composición de los alimentos y bebidas 2020, etc.

Este último pretende disminuir, hasta el 2020, una media de un 10% de los ingredientes menos saludables y que contribuyen a la incidencia de la obesidad en la población: azúcar, sal y grasas saturadas. El Plan se enmarca en la Estrategia NAOS de la Agencia Española de Alimentación y Nutrición -AESAN-.

En la imagen, un momento del acto de firma.

El pasado 23 de enero la Ministra de Sanidad, Consumo y Bienestar Social, María Luisa Carcedo, firmó para ello 20 convenios con las asociaciones representantes de 398 empresas alimentarias y de bebidas.

## El sector opina

### Desafíos del sector español del huevo

***María del Mar Fernández Poza***
*Directora*
*ASEPRHU*

El mercado del huevo en España está cambiando tras los anuncios de algunas cadenas de la distribución de poner fecha límite a la venta de huevos de gallinas en jaula. El sector está pagando aún las jaulas acondicionadas y no sabe si recibirá una compensación justa por los mayores costes productivos en sistemas alternativos, que implican enormes inversiones en nuevas granjas. Tampoco está claro qué sistema sustituirá a la jaula en el mercado español (suelo o campero) y su impacto en el comercio exterior.

La estabilidad del mercado del huevo español depende en buena medida de las exportaciones, en su mayoría intracomunitarias, lo que coloca a los avicultores en la tesitura de elegir el modelo productivo que les ayudará a afrontar el futuro con garantías de éxito.

Las diferencias en la demanda actual entre el mercado de la UE (cada vez más "alternativo") y el global (de jaula, por estar enfocado en el precio) suponen incertidumbre. Y las regulaciones, las decisiones de la distribución y las presiones animalistas, factores todos sin duda relevantes. El difícil equilibrio entre la oferta y la demanda en cada sistema será vital para generar el margen necesario para sobrevivir.•