



Instituto  
de Estudios  
del Huevo

# EL INSTITUTO DE ESTUDIOS DEL HUEVO CUMPLE 25 AÑOS

## LA CIENCIA, NUESTRA ALIADA

Este 2020 es importante para nosotros: **¡el Instituto de Estudios del Huevo - IEH- cumple 25 años!** Recordamos nuestros primeros pasos y la ilusión con la que iniciamos una tarea que sabíamos que no era a corto plazo: recuperar para el huevo el sitio que le corresponde en nuestra dieta, cultura y gastronomía.

El Instituto se creó en momentos difíciles. El consumo de huevos en los hogares españoles pasó de 300 huevos per cápita en 1987 a 198 en 1995, un **34% de descenso en 8 años**. Un alimento muy apreciado y presente casi a diario en nuestros menús se dejaba de consumir ante las advertencias contra el consumo de grasas y colesterol. De seguir así, el huevo sería muy pronto irrelevante en la cesta de la compra.

Había calado en la sociedad el mensaje de que consumir huevos aumentaba el colesterol y el riesgo cardiovascular, y se recomendaba limitarlos a tres por semana. Explicar las bondades del huevo como alimento, su valor nutricional y su versatilidad en la cocina no serviría de mucho mientras los consumidores no tuvieran el permiso de los médicos para consumir huevos.

---

MARÍA DEL MAR FERNÁNDEZ POZA

Directora Instituto de Estudios del Huevo

La solución estaba en la ciencia. **Recientes estudios desmentían la relación entre el consumo de huevos y el aumento del colesterol en sangre y cuestionaban que un consumo moderado de huevos aumentara el riesgo de infarto y enfermedad cardiovascular.** Al contrario, el huevo tenía muchas ventajas para la salud. Era información esencial para recuperar la buena imagen del huevo. Y prestigiosos expertos españoles la conocían y estaban dispuestos a contarla. Sabían que **la imagen negativa del huevo era injustificada** y que debían superarse mitos y prejuicios muy generalizados. Lograrlo era una carrera de fondo con un trabajo duro por hacer.



Las acciones del IEH en pro del huevo ante la opinión pública y con los medios generalistas llegan cada año a decenas de miles de consumidores. En la foto, la "entrevista" de la TV a la mascota del IEH en el año 2000.

## EL INSTITUTO DE ESTUDIOS DEL HUEVO

El Instituto de Estudios del Huevo se constituyó en junio de 1996 como asociación sin ánimo de lucro que agrupa a operadores económicos relacionados con el sector y a asesores independientes para trabajar en pro del huevo. Éstos lideran la comunicación y las actividades técnicas y científicas, y los empresarios aportan recursos, sin interferir en los mensajes e iniciativas de los expertos. El Consejo Asesor con el que comenzó su andadura lo lideró la Dra. Ana Sastre, pionera de la Nutrición en España, junto a un amplio número de profesionales de disciplinas diversas que se sumaron a la iniciativa.

Ellos sentaron las bases del trabajo del Instituto. Crearon el premio a la investigación, redactaron los mensajes centrales sobre el huevo, la nutrición y la salud y dieron forma a los materiales divulgativos. Hablaron con claridad ante consumidores y prescriptores de lo que preocupaba sobre el huevo: el colesterol, la salmonela, las alergias, las recomendaciones de consumo... **Confrontaron con evidencia científica las ideas preconcebidas, dieron voz propia al Instituto y le convirtieron en un referente en el conocimiento y la divulgación sobre el huevo.**

En estos años celebramos el Día Mundial del Huevo, creamos premios anuales a la investigación y galardones de oro, editamos libros ("Lecciones sobre el huevo",

"El libro del huevo", el manual sobre manejo del huevo en la cocina), distribuimos folletos (sobre etiquetado, recomendaciones de consumo), explicamos publicaciones científicas, asistimos a congresos, atendimos a medios, escribimos artículos e informes, formamos a alumnos de distintas áreas y respondimos a infinidad de consultas que han ayudado a estudiantes, profesores, consumidores y profesionales de sectores diversos.

También hemos recibido algún reconocimiento por nuestra labor: el **Premio Alimentos de España** por la divulgación a consumidores y el **Gourmand World Cookbook Awards** al mejor libro editado en español, por **El Libro del Huevo** y **El Gran Libro del huevo**.

## PREMIO A LA INVESTIGACIÓN

**Promover la investigación y la innovación es una tarea esencial para el Instituto**, que el Consejo Asesor impulsó desde el primer momento estableciendo el Premio a la Investigación, con el que apoyamos a equipos de toda España que trabajan con el huevo en sus múltiples facetas. Hemos acercado la innovación y la ciencia a las empresas, y algunos proyectos se han concretado en colaboraciones para desarrollar productos que ya están en el mercado. Otros trabajos de investigación han dado visibilidad a resultados de gran interés para sector y la sociedad (entre otros, sobre alergia al huevo, ventajas de su consumo en determinadas situaciones, derivados del huevo o sus partes de interés para la salud o para la industria, gestión de subproductos y sostenibilidad).



Hitos que no deben olvidarse. 2014 fue un año especialmente importante, pues se reconoció el papel riguroso y divulgador de la Fundación Española del Corazón entregando a dicha asociación el Galardón 2014 del IEH por su comunicado sobre el huevo y la salud cardiovascular. Recibido por su representante el Dr. Leandro Plaza, supuso un importante punto de inflexión por el significado que tuvo en pro del huevo el cambio de recomendaciones de los cardiólogos.

De izquierda a derecha: Iñigo Lejona, vicepresidente del IEH, Antonio Fuertes, presidente del Consejo Asesor, Leandro Plaza, presidente de la Fundación Española del Corazón y Manuel Jiménez, presidente del Instituto.



Celebración del Día Mundial del Huevo en 2000 en Madrid, con una tortilla de patatas para 7.500 personas, en la Plaza de Dalí.

**Hemos celebrado el Día Mundial del Huevo de muchas formas, pero sin duda la más original fue en 2000, preparando una tortilla gigante para 7.500 personas en la Plaza de Dalí de Madrid, acompañada de un globo aerostático y de la mascota del Instituto, que se estrenó ese día.**

## EL DÍA MUNDIAL DEL HUEVO

Desde el momento en que la IEC creó el Día Mundial del Huevo para fomentar la visibilidad y la importancia de este alimento en nuestra dieta y salud, el Instituto de Estudios del Huevo asumió la difusión de este día y su celebración en España. **Es una ocasión especial para poner al día las novedades en el conocimiento del huevo y dar visibilidad a la labor del Consejo Asesor y a la de los investigadores españoles que trabajan sobre este alimento**, con el acto de entrega del premio a la Investigación. Y también para reconocer a quienes en otros ámbitos hacen importantes aportaciones para mejorar la imagen del huevo, a los que la Junta Directiva entrega el Galardón de Oro.

Tuvo una amplia cobertura en medios de comunicación, y numeroso público expectante para saber cómo se daba vuelta a la enorme tortilla, y para degustarla (salió estupenda). Fue una excelente forma de dar a conocer el Instituto y los mensajes positivos sobre el huevo.



La presidenta del Consejo Asesor del Instituto, Dra. Ana Sastre, entrega el primer Galardón de Oro del Instituto de Estudios del Huevo al restaurador Lucio Blázquez, de Casa Lucio, en Madrid, en 1998.

## QUEDAN RETOS POR DELANTE

La tarea científica y divulgativa del Instituto se ha consolidado. Y la experiencia adquirida nos lleva a comprometernos con nuevos retos. La demanda social de alimentos saludables, sostenibles y respetuosos con el bienestar animal es una realidad que hay que atender. Y, como ya es habitual, hay nuevos prejuicios sobre el huevo que debemos combatir con respuestas solventes y fundamentadas. Para ello contamos con la colaboración del Consejo Asesor del Instituto.

Sus más de cuarenta expertos (en economía agraria, medio ambiente, bienestar animal,

gastronomía, tecnología de los alimentos, salud pública, nutrición, medicina y otras áreas) intercambian y generan conocimiento y dan solidez a la acción del Instituto.

Estamos convencidos de que la colaboración entre ciencia, tecnología y empresa nos hace relevantes y útiles para la sociedad, y que el trabajo del Instituto ha mejorado el conocimiento y del reconocimiento del huevo en España. Esperamos seguir haciéndolo muchos años más.



Acto de entrega del premio a la Investigación del IEH del 2018, con los premiados del Instituto (con el Premio a la Investigación y el Galardón de Oro) junto a miembros del Consejo Asesor y de la Junta Directiva.

# Ingeniería avícola



CALIDAD

Y

FIABILIDAD

