



Ciudad de México, a 4 de junio de 2017

COMUNICADO DE PRENSA

AVALA INVESTIGADORA DEL IPN CALIDAD DE POLLO Y HUEVO PRODUCIDOS EN MÉXICO

- **El huevo no genera afecciones cardiovasculares y el pollo está libre de hormonas**

C-449

Como miembro del consejo asesor de especialistas del Instituto Nacional Avícola (INA), la investigadora del Instituto Politécnico Nacional (IPN), María Elena Sánchez Pardo, ha participado en distintos proyectos que le han permitido confirmar que la calidad del pollo y huevo producidos en México cumplen con los más altos estándares de calidad y la población puede consumirlos con la confianza de que aportan beneficios a la salud.

La doctora en Ciencias Quimicobiológicas de la Escuela Nacional de Ciencias Biológicas (ENCB) señaló que mediante estudios científicos ha sido posible demostrar que existen muchos mitos en torno a la carne de pollo y el huevo.

Destacó que el consumo de este último no produce enfermedades cardiovasculares, ya que por sí solo no aumenta los niveles de colesterol en el suero sanguíneo, pues en el desarrollo de estas patologías influyen factores como: predisposición genética, vida sedentaria, tabaquismo, estrés, consumo de alimentos ricos en grasas saturadas y con exceso de azúcares.

Sánchez Pardo aclaró que el cuerpo humano necesita colesterol para que funcione el metabolismo. La yema, parte del huevo con mayor concentración de grasa, tiene lipoproteínas de alta densidad, que son moléculas muy importantes porque acarrean el colesterol al hígado y a

Unidad Profesional "Adolfo López Mateos", Av. Luis Enrique Erro s/n, Col. Zacatenco, C.P. 07738, Ciudad de México

Conmutador 5729 6000, ext. 50041
www.ipn.mx



otros sitios del organismo donde se requiere para biosintetizar hormonas, sales de ácidos biliares y vitamina D, entre otras sustancias químicas; a diferencia de las lipoproteínas de muy baja y baja densidad originadas por azúcares y grasas saturadas que arrastran el colesterol hacia las venas y arterias.

Las investigaciones han concluido que personas sanas pueden consumir un huevo diario, pero cuando existe alguna enfermedad, los gastroenterólogos y cardiólogos deben estudiar al paciente, así como su estilo de vida para determinar la cantidad del alimento que puede ingerir.

El huevo contiene la mejor proteína por su bajo volumen calórico, con tan sólo 72 calorías, lo que representa únicamente 3.6 por ciento del total de una dieta diaria de dos mil calorías.

Además posee alto contenido de nutrientes como proteínas con excelente balance de aminoácidos esenciales; agua; lípidos, dentro de los cuales destacan: ácidos grasos saturados, monoinsaturados, poliinsaturados y colesterol. Así como minerales como calcio; fósforo, hierro, magnesio, sodio, potasio y zinc; retinol (vitamina A), tiamina (vitamina B1), riboflavina (vitamina B2), niacina (vitamina B3), piridoxina (vitamina B6), biotina (vitamina B7), ácido fólico (vitamina B9), cobalamina (vitamina B12), vitaminas D, E y K, así como antioxidantes.

Explicó que otros estudios han confirmado que la carne de pollo no contiene aceleradores del crecimiento (hormonas) e indicó que existe una confusión al respecto, pues lo que se aplica a los pollitos desde el nacimiento son vacunas que ayudan a mantener su control biológico.

Los aceleradores del crecimiento que se emplean bajo estricta supervisión en otros animales como las reses tardan en hacer efecto entre seis y siete meses; los pollitos bien alimentados, en condiciones favorables y con un buen control biológico desarrollan su masa muscular en 49 días, así que no es factible inocularles esas



sustancias para favorecer su desarrollo, "además su costo es muy elevado y se reflejaría en el precio al consumidor", puntualizó. La carne de pollo ha mejorado por la combinación genética y apareamiento de individuos de las mejores estirpes. Todos los resultados de las investigaciones se reportan en publicaciones científicas y los especialistas que conforman el comité asesor los divulgan en distintos foros.

Mencionó que mediante una investigación se obtuvo la evidencia científica de que algunos productores de pollo blanco de Estados Unidos inyectan almidones modificados a la carne, lo que genera retención de agua y sales, por lo que los animales son grandes; pero no por su fibra muscular, sino por dichas sustancias. El análisis se plasmó en un informe técnico ante los productores de carne de pollo del país.

María Elena Sánchez Pardo enfatizó que la calidad del pollo y huevo comerciales producidos por empresas avícolas mexicanas es indiscutible. En México han sido alimentos básicos para la población, por lo que es primordial que se recobre la confianza en ellos y se consuman con la tranquilidad de que aportan nutrimentos indispensables para la salud, lo cual está respaldado por los especialistas que participan en la evaluación de ambos productos.

===000===