



Huevos: aprovechar su potencial para luchar contra el hambre y la malnutrición

Acerca de este documento

Este documento resume la discusión en línea *Huevos: aprovechar su potencial para luchar contra el hambre y la malnutrición*, que tuvo lugar en el Foro Mundial sobre Seguridad Alimentaria y Nutrición de la FAO (Foro FSN) del 23 de octubre al 13 de noviembre de 2018.

La discusión estuvo facilitada por Saul Morris, de la Alianza Mundial para la Mejora de la Nutrición (GAIN, por sus siglas en inglés), y Tim Lambert, de la Comisión Internacional del Huevo. El debate tuvo como objetivo explorar el papel que pueden desempeñar los huevos en la lucha contra la malnutrición, planteando las siguientes preguntas:

- ▶ ¿Cuáles son los mejores mecanismos de producción y distribución?
- ▶ ¿Cómo se puede fomentar el consumo de huevos de manera sostenible?
- ▶ ¿Cómo se puede equilibrar el objetivo de mejorar la nutrición con la preocupación por los medios de vida de los pequeños agricultores?

La discusión presentó también un suplemento especial de la revista *Maternal and Child Nutrition* titulado *Eggs: A High-Potential Food for Improving Maternal and Child Nutrition*, (“Huevos: un alimento de elevado potencial para mejorar la nutrición materna e infantil”) que recopila abundante información adicional sobre el valor nutricional de los huevos y diversas maneras viables de aumentar el acceso a este alimento.

Durante tres semanas, participantes de 20 países compartieron 42 contribuciones. La introducción del tema y las preguntas propuestas, así como todas las contribuciones recibidas, están disponibles en la página de discusión: www.fao.org/fsnforum/es/activities/discussions/eggs-nutrition

La importancia de los huevos

Los participantes coincidieron en la importancia de los huevos para la nutrición humana, ya que son fuentes fundamentales de aminoácidos, energía, oligoelementos esenciales y vitaminas (Gerhard Flachowsky). Incorporar el huevo a las dietas habituales, en especial las de los niños pequeños y las mujeres embarazadas/lactantes,

puede generar beneficios importantes y asequibles para la nutrición y la salud (Teopista Mutesi, Taylor Wallace, Colleen Farrell). Los huevos también constituyen la base de la medicina tradicional, preparados para lactantes y alimentos especiales utilizados durante los periodos de convalecencia (Stella Kimambo).

Sin embargo, el consumo de huevos no está muy extendido en muchos países en desarrollo, y en algunos casos incluso ha disminuido en las últimas décadas. En la India, cada habitante solamente consume 66 huevos al año, mientras que en la vecina China esta cifra asciende a 300 huevos

(Mahesh Chander). La caída del consumo de huevos en las poblaciones rurales obedece, entre otras causas, al descenso de la cría doméstica de aves de corral, al elevado coste de los huevos y la falta de conocimientos nutricionales (Wajid Pirzada).

Los desafíos de la producción y el consumo de huevos

La discusión puso de relieve múltiples desafíos relacionados con la producción y el consumo de huevos.

Hacer de los huevos un producto asequible

Uno de los principales obstáculos que impiden que los huevos tengan un papel más importante en las dietas de las personas más pobres es su elevado coste (Dick Tinsley). En condiciones de pobreza, la gente tiende a comprar comida priorizando la cantidad, y suele verse obligada a sacrificar la calidad nutricional (Mary Odusegun). Estas concesiones relacionadas con el valor nutricional de los alimentos son especialmente importantes para las personas que realizan trabajos físicos y necesitan consumir grandes cantidades de alimentos muy energéticos (Dick Tinsley). Los participantes mencionaron casos de familias que crían aves de corral y no consumen huevos: en su lugar, prefieren utilizar los ingresos de su venta para adquirir otros alimentos, habitualmente menos nutritivos (Rabiu Auwalu Yakasai, Peter Kingori, John Cheburet).

Facilitar el acceso a los huevos y ponerlos a disposición de la población pobre puede resultar muy difícil cuando solamente pueden recurrir a los pequeños productores. Esto se debe al elevado coste del pienso y la alta mortalidad de los animales como consecuencia de enfermedades como la gripe aviar y la enfermedad de Newcastle (Olutosin Otekunrin, Rose Hogan). La calidad de los huevos es también un motivo de



© FAO/Hoang Dinh Nam



© WPN for FAO/Scott Nelson

preocupación importante, ya que resulta necesaria para generar confianza entre los consumidores y garantizar ingresos estables para los productores, permitiéndoles competir con las importaciones del exterior que podrían rebajar los precios locales (Kazungu Rauben).

Por otro lado, la producción a gran escala -que puede rebajar el precio de los huevos a niveles asequibles para la población pobre- introduce nuevos desafíos relacionados con el bienestar animal, los antibióticos, los costes medioambientales (debido a la producción de piensos) y las dificultades para subsistir de aquellos pequeños productores que quedan excluidos del negocio (Cedric Charpentier). Estos problemas han llevado a algunos participantes a alertar de una dependencia excesiva de los huevos (Hart Jansson, Cedric Charpentier).

Ideas equivocadas sobre los huevos

Otro desafío que se puso de relieve se relaciona con las percepciones equivocadas que los consumidores de algunas zonas del mundo tienen sobre los huevos y su consumo. Por ejemplo, existe aún la creencia generalizada de que, debido a su contenido de colesterol y algunos estudios obsoletos, los huevos aumentan el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares (Hélène Delisle).

En algunos países en desarrollo, se sigue considerando a los huevos como un artículo de lujo demasiado valioso para ser consumido. Esto provoca que, en ocasiones, los huevos se utilicen como moneda de cambio para adquirir servicios básicos para el hogar y alimentos básicos (Lawrence Matolo).

En algunas culturas, los huevos también se consideran tabú para los niños y las mujeres embarazadas. Esto puede llevar a las personas menos preparadas –habitualmente expuestas a un mayor riesgo nutricional–, a evitar el consumo de huevos, incluso pudiendo disponer de éstos (Hélène Delisle, Abdou Yahouza).

Incrementar el consumo

Durante la discusión, los participantes identificaron diversos enfoques y medidas que podrían ayudar a fomentar el consumo de huevos entre la población pobre.

Sensibilización y educación nutricional

Una de las medidas más importantes consiste en sensibilizar a la población sobre los beneficios nutricionales de los huevos, en particular a las familias vulnerables. Esta tarea debe realizarse en las escuelas, pero también es importante utilizar herramientas de comunicación como la radio, la televisión y las redes sociales, así como eventos participativos como exposiciones y ferias agrícolas. Las universidades e instituciones de investigación locales pueden aportar los conocimientos científicos en los que se base la información (Santosh Kumar Mishra, John Cheburet, Peterson Kato Kikomeko, Rabiú Auwalu Yakasai).

Al mismo tiempo, es importante contrarrestar los prejuicios existentes relacionados con los huevos, como la creencia de que su consumo puede provocar enfermedades, así como los tabúes alimentarios culturales de algunas sociedades (Kuruppacharil V. Peter, Colleen Farrell, Mahesh Chander).

Programas de alimentación escolar

Muchos gobiernos han implementado programas que incorporan un huevo diario en todos los almuerzos escolares de la semana. Además de los beneficios para la salud de los niños y el desarrollo de hábitos alimentarios saludables, estos programas –cuando se combinan con planes de compras a nivel local– pueden influir de forma significativa en los patrones de consumo de comunidades enteras y ayudar al desarrollo de la producción local de huevos (Rabiú Auwalu Yakasai, Vethaiya Balasubramanian, Wajid Pirzada, Olutosin Otekunrin, Sarah Wanene, Akhila Vasan).

Incorporar el huevo a la gastronomía local

Capacitar a las mujeres para que incorporen los huevos a sus recetas es una iniciativa prometedora para mejorar las condiciones de salud relacionadas con la dieta, especialmente en niños y mujeres embarazadas y lactantes (Rabiú Auwalu Yakasai).

Para aumentar la demanda de huevos, convendría tener en cuenta las preferencias culturales y de sabor y utilizar a los ancianos/líderes/jefes religiosos de las comunidades para apoyar las iniciativas correspondientes. Por ejemplo, en Uganda el gobierno está promoviendo el consumo de *Rolex* –una tortilla de huevo envuelta en un chapati– como alimento de venta callejera saludable y nutritivo (Peterson Kato Kikomeko, Kazungu Rauben).



© FAO/Isaac Kasamani

La nutrición como objetivo central

Como parte de un enfoque innovador para mejorar significativamente el estado nutricional de madres e hijos de manera sostenible, la Cooperativa de Asistencia y Auxilio a Cualquier Parte del Mundo (CARE, por sus siglas en inglés) ha implementado el proyecto *Nutrition at the Center (N@C)* ("La nutrición como objetivo central") en Bangladesh, Benin y Etiopía. N@C es una iniciativa mundial de cinco años destinada a reducir la anemia en niñas y mujeres (con edades comprendidas entre los 15 y los 49 años) y el retraso del crecimiento y la anemia en bebés y niños pequeños (de hasta 23 meses) al integrar la nutrición materna, la de lactantes y la de niños pequeños; el agua, el saneamiento y la higiene; la seguridad alimentaria; y el empoderamiento de las mujeres. El proyecto se centra de forma específica en los huertos domésticos, la avicultura y la producción de huevos, con el objetivo de aumentar el consumo de

éstos para mejorar la diversidad alimentaria y el estado nutricional general de las madres y sus hijos.

Algunas estrategias fundamentales para incrementar la demanda de huevos:

- ▶ utilizar razas y variedades mejoradas de gallinas que sean resistentes a las enfermedades y produzcan más huevos;
- ▶ emplear sistemas locales de producción avícola de bajo coste, combinados con programas sanitarios y de control de las enfermedades adecuados bajo la supervisión de expertos en servicios de extensión agrícola;
- ▶ facilitar demostraciones culinarias para compartir nuevas recetas con huevos que cuenten con la aceptación local;
- ▶ promover cambios en el comportamiento social de aquellas comunidades con tabúes relacionados con el consumo de huevos (Colleen Farrell).

Mejorar la producción

Diferentes modelos de producción

Los participantes sostuvieron que optar por la producción en pequeña escala o la producción a gran escala depende en gran medida del contexto y de la integración de la industria avícola en la economía local, ya que ambos enfoques pueden contribuir a mejorar el acceso a los huevos (Akhila Vasan, Santosh Kumar Mishra, Christian Ciza). Por ejemplo, las explotaciones domésticas y en pequeña escala pueden servir para empoderar a las mujeres, mientras que la producción a gran escala puede facilitar que los gobiernos subvencionen los huevos a los más necesitados (Akhila Vasan).



© FAO/Sia Kamhou

También se podría implementar un modelo cooperativo similar al utilizado en la industria lechera. Los pequeños productores continúan produciendo huevos y los venden a entidades de almacenamiento y distribución más grandes; esto facilita el acceso a los mercados y las economías de escala, que a su vez pueden contribuir a reducir los precios (Akhila Vasan). Sin embargo, el coste del pienso también debe mantenerse bajo, ya que el forraje es uno de los principales costes a los que se enfrentan los pequeños productores.

Los gobiernos también podrían aumentar las compras públicas para estimular la producción local de huevos destinada a entidades como comedores de oficinas, aerolíneas nacionales y fuerzas de seguridad. Aunque estas medidas podrían provocar un aumento de los precios a corto plazo (tal y como sucedió en diversos estados de Nigeria), los precios deberían bajar a medio plazo a medida que las empresas se benefician de las economías de escala (Saul Morris).

Los métodos innovadores, como la reutilización de los subproductos (huesos, cáscaras, plumas, estiércol) y su conversión en pienso para aves, pueden reducir los costes de producción y contribuir al establecimiento de modelos productivos más sostenibles (Vethaiya Balasubramanian, Jean-Laurent Bungener).



© Magnum Photos for FAO/Alex Webb

Involucrar a las partes interesadas pertinentes

Con independencia del método de producción y distribución, los participantes destacaron la necesidad de involucrar en el proceso de planificación e implementación a una amplia variedad de partes interesadas. Las soluciones deberían concebirse por medio de consultas conjuntas, sobre todo involucrando a las partes interesadas a nivel comunitario, incluidos los consumidores y los productores ([Santosh Kumar Mishra](#), [Wilma Freire Zaldumbide](#)).

Utilizar las razas adecuadas

Los participantes señalaron que las razas de gallinas no suelen ser adecuadas para las condiciones locales y, por tanto, presentan tasas elevadas de mortalidad. Sin embargo, las organizaciones siguen distribuyendo gallinas (habitualmente razas exóticas y frágiles) en los hogares sin analizar el historial de enfermedades del lugar en el que se encuentran ([Rose Hogan](#)).

Debe fomentarse la utilización de razas locales más resistentes, ya que esto también beneficiaría a las empresas avícolas locales ([Bonphace Mangeni](#)). Algunos participantes abogaron por la utilización de otras especies -como la pintada- ya que en algunos casos podrían resultar más adecuadas para ciertas condiciones locales ([Abdou Yahouza](#)).

La experiencia nigeriana

El gobierno de Nigeria ha implementado el Programa de alimentación escolar con productos locales (HGSF, por sus siglas en inglés), centrado en ofrecer alimentos a los alumnos (es decir, un programa de red de seguridad alimentaria) y contribuir indirectamente a mejorar la seguridad alimentaria en los hogares beneficiarios. Los almuerzos incorporan alimentos ricos en proteínas, como los productos avícolas (pollo, carne y huevos). La demanda de huevos ha aumentado en aquellas zonas en las que se ha implementado el programa.

Los niños se benefician de una comida caliente y nutricionalmente equilibrada; los agricultores disfrutan de un mejor acceso a los mercados de alimentación escolar; y las comunidades se benefician de nuevos puestos de trabajo en toda la cadena de suministro (por ejemplo, en la restauración, elaboración o manipulación de alimentos). Además de estos beneficios directos, el HGSF tiene como objetivo impulsar: (a) las políticas agrícolas y nutricionales, dados los componentes nutricionales directos de los menús del HGSF; y (b) la participación de los pequeños productores en el mercado, contribuyendo indirectamente a una mayor adquisición pública de productos agrícolas básicos ([Olutosin Otekunrin](#)).

Bienestar animal

El bienestar animal también fue mencionado como un elemento importante de la producción sostenible de huevos. La sensibilización y la capacitación de los productores constituyen el primer nivel de intervención para mejorar el cuidado y el bienestar de las gallinas, en especial a gran escala. Se debe involucrar a los servicios de extensión y asesoría como parte de una estrategia más amplia de comunicación y divulgación a nivel comunitario. Los consumidores pueden también contribuir al bienestar animal, comprando huevos de explotaciones que den un trato correcto a sus aves ([Olutosin Otekunrin](#), [John Cheburet](#)).



© FAO/Giulio Napolitano

Tecnología e investigación

Los avances tecnológicos actuales ofrecen nuevas posibilidades para el seguimiento automático y en tiempo real del bienestar y la sanidad animal. Los sensores pueden monitorizar parámetros fisiológicos de los animales, así como su comportamiento, contribuyendo de esta manera a prevenir y gestionar los problemas sanitarios (Santosh Kumar Mishra).

La tecnología y la investigación pueden igualmente ayudar a desarrollar nuevos piensos más eficientes y duraderos, que incorporen el contenido nutricional de los huevos (Jesper Møller Nielsen).

Del mismo modo, algunos estudios sugieren efectos similares en el grosor de la cáscara, la calidad de la albúmina y la capacidad de almacenamiento de los huevos utilizando ciertas hierbas locales como aditivo para los piensos (Mohamed Salih).

Prevenir las enfermedades avícolas basándose en las diferentes zonas geográficas y administrativas puede además ser una manera muy económica de facilitar la supervivencia y reproducción de las aves de corral de la población rural pobre (Rose Hogan, Abdou Yahouza).

Ayudar a los jóvenes emprendedores

Los jóvenes interesados en participar el sector avícola y en el sector del huevo deben tener acceso a ayuda financiera y técnica, como subvenciones, capacitación y piensos mejorados (Mary Odusegun, Teopista Mutesi)



© FAO/Jake Salvador

RECURSOS COMPARTIDOS POR LOS PARTICIPANTE

- Ben Sassi, N., Averós, X. & Estevez, I.** 2016. Technology and poultry welfare. *Animals (Basel)*, 6(10): 62.
- Blackstone, N.T., El-Abadi, N.H., McCabe, M.S., Griffin, T.S. & Nelson, M.E.** 2018. Linking sustainability to the healthy eating patterns of the Dietary Guidelines for Americans: a modelling study. *Lancet Planet Health*, 2(8): e344–e352.
- Colorado State University.** 2018. Integration: Differentiating Research/Extension from Development Officers – Science vs. Art of Farming. In: *Smallholder Agriculture* [online]. Fort Collins, Estados Unidos.
<http://smallholderagriculture.agsci.colostate.edu/integration-an-under-appreciated-component-of-technology-transfer>
- Colorado State University.** (sin fecha). Hard Choices: Compromises in Quality Nutrition. In: *Smallholder Agriculture* [online]. Fort Collins, Estados Unidos. <http://smallholderagriculture.agsci.colostate.edu/1028-2>
- FAO.** 2015. *El huevo en cifras* [online]. Roma. www.fao.org/assets/infographics/FAO-Infographic-egg-facts-es.pdf
- FAO.** 2017. More than just chickens: improving nutrition in rural Rwanda through poultry project. In: *FAO Rwanda Newsletter* [online]. Kigali. www.fao.org/3/i8878en/I8878EN.pdf
- FAO.** 2018. Involving more young people in agriculture has created more employment opportunities in rural Rwanda. In: *FAO in Rwanda* [online]. Roma. www.fao.org/rwanda/news/detail-events/en/c/1158410
- Flachowsky, G., Halle, I., Schultz, A.S., Wagner, H. & Dänicke, S.** 2017. Long term study on the effects of iodine sources and levels without and with rapeseed cake in the diet on the performance and the iodine transfer into body tissues and eggs of laying hens of two breeds. *Landbauforschung – Applied agricultural and forestry research*, 67(3–4).
- Government of India.** 2017. *National Action Plan for Egg & Poultry-2022 for Doubling Farmers' Income by 2022*. Ministry of Agriculture and Farmers Welfare. Nueva Delhi.
- Iannotti, L.L., Lutter, C.K., Bunn, D.A. & Stewart, C.P.** 2014. Eggs: the uncracked potential for improving maternal and young child nutrition among the world's poor. *Nutrition Reviews*, 72(6): 355–368.
- Lutter, C.K. & Morris, S.S.** 2018. Eggs: A high potential food for improving maternal and child nutrition. *Maternal Child Nutrition*, 14(S3).
- Naciones Unidas.** 2015. *Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible*. Resolución A/RES/70/1 de la Asamblea General. Ginebra, Suiza.
- Peter, K.V.** 2018. *Zero Hunger in India: Policies and Perspectives*. Nueva Delhi, Brillion Publishing.
- Swanson, J.C., Lee, Y., Thompson, P.B., Bawden, R. & Mench, J.A.** 2011. Integration: valuing stakeholder input in setting priorities for socially sustainable egg production. *Poultry Science*, 90(9): 2110–2121.
- Taylor, R.C., Omed, H. & Edwards-Jones, G.** 2014. The greenhouse emissions footprint of free-range eggs. *Poultry Science*, 93(1): 231–237.
- Wallace, T.C.** 2018. A comprehensive review of eggs, choline, and lutein on cognition across the life-span. *The Journal of the American College of Nutrition*, 37(4): 269–285.
- Ymeri, P., Sahiti, F., Musliu, A., Shaqiri, F. & Pllana, M.** 2017. The effect of farm size on profitability of laying poultry farms in Kosovo. *Bulgarian Journal of Agricultural Science*, 23(3): 376–380.

SITIOS WEB

American Egg Board: Proceso de producción.

www.aeb.org/farmers-and-marketers/ftip

Egg info: Huevos British Lion.

<https://www.egginfo.co.uk/british-lion-eggs>

Comisión Internacional del Huevo: Grupo mundial de expertos en gripe aviar.

www.internationalegg.com/representing-the-industry/egg-industry/avian-influenza-global-expert-group

The Egg Quality Assurance

<https://eggquality.ca>

Foro Global sobre Seguridad Alimentaria y Nutrición ▶ Foro FSN

División de Economía del Desarrollo Agrícola (ESA)

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura

www.fao.org/fsnforum/es ▶ fsn-moderator@fao.org



Algunos derechos reservados. Este obra está bajo una licencia de CC BY-NC-SA 3.0 IGO