



联合国
粮食及
农业组织

Food and Agriculture
Organization of the
United Nations

Organisation des Nations
Unies pour l'alimentation
et l'agriculture

Продовольственная и
сельскохозяйственная организация
Объединенных Наций

Organización de las
Naciones Unidas para la
Alimentación y la Agricultura

منظمة
الغذية والزراعة
للأمم المتحدة

S

COMITÉ DEL PROGRAMA

137.º período de sesiones

Roma, 6-10 de noviembre de 2023

**Contribución de los alimentos terrestres de origen animal a dietas
saludables con vistas a mejorar la nutrición**

Las consultas sobre el contenido esencial de este documento deben dirigirse a:

Sra. Lynnette M. Neufeld
Directora de la División de Alimentación y Nutrición
Tel.: +39 06570 52614
Correo electrónico: ESN-director@fao.org

Sr. Thanawat Tiensin
Director de la División de Producción y Sanidad Animal (NSA)
Tel.: +39 06570 54095
Correo electrónico: NSA-director@fao.org

Los documentos pueden consultarse en el sitio www.fao.org.

NN076/s

RESUMEN

- La malnutrición, en todas sus formas, es un problema mundial persistente y en aumento. Es uno de los problemas que más contribuyen a las enfermedades y las muertes prematuras en las poblaciones humanas de todo el mundo. Los alimentos de origen animal aportan energía y muchos nutrientes esenciales, como proteínas de buena calidad, ácidos grasos y micronutrientes (vitaminas y minerales).
- En su 27.º período de sesiones, celebrado en octubre de 2020, el Comité de Agricultura (COAG) solicitó a la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) “que llevara a cabo una evaluación mundial, exhaustiva y basada en datos científicos y hechos comprobados de la contribución de la ganadería a la seguridad alimentaria, los sistemas alimentarios sostenibles, la nutrición y las dietas saludables”¹ (“la evaluación”). El Subcomité de Ganadería del COAG supervisa el desarrollo de la evaluación y en su primera reunión debatió y acogió con agrado la propuesta de enfoque, alcance, contenido, calendario, participación de partes interesadas y recursos necesarios para llevarla a cabo.
- En aras de un análisis exhaustivo, la evaluación comprenderá cuatro documentos en relación con sendos componentes de la misma, los cuales abarcarán todos los aspectos que afectan a los sistemas agroalimentarios, en particular la nutrición y los riesgos y beneficios para la salud, el consumo de alimentos terrestres de origen animal, los determinantes de la oferta y demanda de estos alimentos y los sistemas de producción pecuaria, señalando los vínculos, los beneficios, las sinergias y las complementariedades en todas las dimensiones sociales, económicas y medioambientales de la sostenibilidad.
- En este informe se presenta el documento relativo al componente n.º 1 de la evaluación, titulado “Contribution of terrestrial animal source food to healthy diets for improved nutrition and health outcomes: An evidence and policy overview on the state of knowledge and gaps” (Contribución de los alimentos terrestres de origen animal a dietas saludables con vistas a mejorar los resultados en materia de nutrición y salud: visión general de los conocimientos disponibles y las deficiencias)².
- A continuación se resumen las principales conclusiones del documento n.º 1 de la evaluación:
 - i. La contribución de los alimentos terrestres de origen animal a los hábitos alimentarios varía sustancialmente entre los distintos sistemas agroalimentarios y las distintas poblaciones: en algunas poblaciones se consumen en grandes cantidades, mientras que en otras el consumo es reducido.
 - ii. Los datos científicos actuales se concentran mayoritariamente en la contribución de los alimentos terrestres de origen animal a la nutrición y la salud de las mujeres gestantes, los niños, los adolescentes y los adultos. Sigue faltando mucha información relativa a los ancianos, sobre todo de países de ingresos bajos y medianos.
 - iii. La mayor parte de los datos científicos relativos a nutrición y salud conciernen a la contribución de la leche y los productos lácteos y, en segundo lugar, a las carnes rojas (principalmente de vacuno) y los huevos. Ha habido menos estudios sobre otros alimentos terrestres de origen animal.

La mayoría de las recomendaciones sobre alimentos terrestres de origen animal formuladas en políticas son de carácter cualitativo. No proponen niveles de consumo cuantitativos ni tratan las consecuencias para la salud de consumir unos niveles inferiores o superiores a los recomendados.
- Es posible aprovechar las guías alimentarias basadas en alimentos para recomendar los alimentos terrestres de origen animal como parte de una dieta saludable, a fin de garantizar que se tengan en cuenta los riesgos y beneficios para la salud y la nutrición en muy diversos contextos. Es preciso acometer investigaciones específicas para subsanar las lagunas en los datos, especialmente en países de ingresos bajos.

¹ <https://www.fao.org/3/ne021es/ne021es.pdf>, párr. 14.

² FAO. 2023. *Contribution of terrestrial animal source food to healthy diets for improved nutrition and health outcomes: An evidence and policy overview on the state of knowledge and gaps*. Roma, FAO. <https://www.fao.org/documents/card/es?details=cc3912en>

ORIENTACIÓN QUE SE SOLICITA AL COMITÉ DEL PROGRAMA

- Se invita al Comité del Programa a examinar el contenido del documento y proporcionar la orientación que sobre esta materia considere apropiada.

Propuesta de asesoramiento

El Comité:

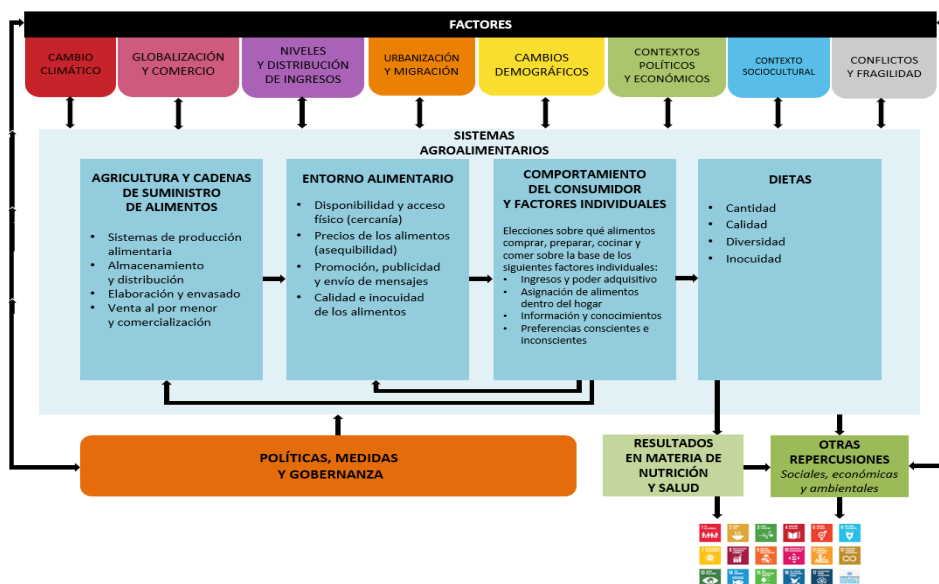
- **acoge con agrado el documento relativo al componente n.º 1 de la evaluación, titulado “Contribution of terrestrial animal source food to healthy diets for improved nutrition and health outcomes: An evidence and policy overview on the state of knowledge and gaps”³;**
- **reconoce que faltan datos sobre la contribución de los diversos alimentos terrestres de origen animal a las dietas saludables y encarece a la FAO a que colabore con asociados del ámbito académico y científico, tanto en el plano nacional como en el internacional, para recabar datos a fin de subsanar las lagunas existentes en la información y el conocimiento.**

³ FAO. 2023. *Contribution of terrestrial animal source food to healthy diets for improved nutrition and health outcomes: An evidence and policy overview on the state of knowledge and gaps*. Roma, FAO. <https://www.fao.org/documents/card/es?details=cc3912en>

I. Antecedentes

1. La malnutrición adopta muchas formas distintas, como son la desnutrición (retraso del crecimiento infantil, emaciación y carencia de micronutrientes), el sobrepeso y la obesidad. Las dietas de mala calidad son la principal causa de las enfermedades y la muerte y están detrás del 22 % de las muertes prematuras de adultos en todo el mundo⁴.
2. Los seres humanos tenemos una demanda específica de nutrientes en fases esenciales de nuestra vida. Por ejemplo, los lactantes, los niños y los adolescentes tienen una mayor demanda de algunos nutrientes esenciales, como proteínas de buena calidad, ácidos grasos importantes, vitamina B12, calcio, hierro y zinc, que son relevantes para el crecimiento y el desarrollo cognitivo.
3. Los alimentos terrestres de origen animal aportan un 34 % de proteína (proteínas de buena calidad, lo cual es importante) y un 17 % de calorías disponibles para consumo⁵, además de ácidos grasos esenciales y diversos minerales y vitaminas, como hierro, zinc, selenio, vitamina B12, colina y calcio, entre otros. Sin embargo, esta contribución no se distribuye por igual en todas las regiones, ni por sexos o niveles de ingresos.
4. En su 27.º período de sesiones, celebrado en octubre de 2020, el Comité de Agricultura (COAG) solicitó a la FAO “que llevara a cabo una evaluación mundial, exhaustiva y basada en datos científicos y hechos comprobados de la contribución de la ganadería a la seguridad alimentaria, los sistemas alimentarios sostenibles, la nutrición y las dietas saludables”⁶. En su primera reunión, el Subcomité de Ganadería del COAG debatió y acogió con agrado la propuesta de enfoque, alcance, contenido, calendario, participación de partes interesadas y recursos necesarios para llevar a cabo la evaluación⁷.
5. La evaluación aplica un enfoque basado en sistemas agroalimentarios (véase la Figura 1) y la perspectiva de “Una sola salud”. Ello tiene la finalidad de proporcionar orientaciones equilibradas y holísticas y respaldar la transformación sostenible del sector ganadero a fin de que contribuya mejor a la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible.

Figura 1. Sistemas agroalimentarios para lograr dietas saludables⁸



⁴ Afshin, A., Sur, P. J., Fay, K. A., Cornaby, L., Ferrara, G., Salama, J. S., Mullany, E. C., *et al.* 2019. “Health effects of dietary risks in 195 countries, 1990–2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017”. *The Lancet*, 393 (10184): 1958-1972. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(19\)30041-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(19)30041-8)

⁵ FAO. 2018. *World Livestock: Transforming the livestock sector through the Sustainable Development Goals*. Roma, FAO 220 págs. (disponible también en: <https://www.fao.org/publications/card/es/c/CA1177ES>).

⁶ Informe COAG 27: <https://www.fao.org/3/ne021es/ne021es.pdf>, párr. 14.

⁷ <https://www.fao.org/3/ni005es/ni005es.pdf>

⁸ FAO. 2021. “Vision and Strategy for FAO’s Work in Nutrition”. PC 130/5/Rev.1.

II. Planteamiento metodológico

6. El documento correspondiente al componente n.º 1 de la evaluación se centra en la contribución de los alimentos terrestres de origen animal a las dietas saludables para una mejor nutrición y una mejor salud, subrayando lo que se conoce y lo que se desconoce a día de hoy. Por “alimentos terrestres de origen animal” la FAO entiende todos los productos alimentarios derivados de los sistemas de producción pecuaria, sea cual sea su escala, y de animales salvajes. El documento se divide en cinco secciones:

- a. En la sección A se presenta la situación nutricional del mundo y las tendencias en el suministro y consumo de alimentos terrestres de origen animal entre los niños de 6 a 23 meses, incidiendo en las evidentes disparidades que hay entre países y entre distintos grupos de población definidos por el nivel de ingresos.
- b. En la sección B se describe la composición de nutrientes y el valor de muy diversos alimentos terrestres de origen animal y se explica cómo es posible modificar la calidad nutricional, en los casos en que resulta posible, según la especie animal y los sistemas de alimentación del ganado, la raza y el entorno productivo (por orden de prioridad).
- c. En la sección C se exponen los datos científicos sobre los efectos de los alimentos terrestres de origen animal para la salud y la nutrición a lo largo de la vida de las personas y se proporciona una visión general de las recomendaciones sobre el consumo de este tipo de alimentos que se formulan en las políticas, principalmente en las guías alimentarias basadas en los alimentos.
- d. En la sección D se exponen los datos científicos sobre inocuidad alimentaria y enfermedades transmitidas por los alimentos, poniendo de manifiesto las lagunas actuales.
- e. En la sección E se repasan los temas de interés de aparición más reciente en relación con los alimentos terrestres de origen animal.

7. Los métodos para evaluar los efectos de los alimentos terrestres de origen animal en cuanto a los beneficios y riesgos para la salud han seguido las directrices PRISMA⁹ para la realización de revisiones sistemáticas. Aplicando el marco de resultados de intervención o exposición poblacional frente a una situación comparativa, los criterios de inclusión son: población (poblaciones aparentemente sanas de las respectivas etapas de la vida); intervención/exposición (consumo de alimentos terrestres de origen animal, principalmente sin procesar); situación de comparación (alimentación habitual, otros niveles de consumo de alimentos terrestres de origen animal, otros alimentos); resultado (variables relativas a nutrición y salud, a saber: antropometría y crecimiento, biomarcadores de nutrientes o estado de salud, función y desarrollo neurológicos, morbilidades, sensibilidades y alergias y mortalidad por todas las causas y por causas determinadas). Los estudios incluidos son revisiones sistemáticas, metaanálisis, ensayos experimentales y cuasiexperimentales y estudios observacionales. Se determinó cuáles eran los estudios que aportaban evidencia de alta calidad aplicando los dominios GRADE¹⁰ de riesgo de sesgo, imprecisión, carácter indirecto y sesgo de publicación.

8. Se realizó un estudio sistemático de 123 guías alimentarias basadas en alimentos elaboradas por 94 países, 79 documentos de 60 países sobre las políticas relativas a enfermedades no transmisibles, y la legislación, las políticas y los programas relacionados tanto con la alimentación y la agricultura como con la nutrición (35 documentos). Se tuvieron en cuenta documentos en todos los idiomas en que estuviesen editados y se clasificaron por países, regiones, diseño cuantitativo o cualitativo, grupo destinatario según la etapa de la vida y tipo de documento. Además, se cribaron los documentos según si mencionaban: recomendaciones vinculadas a las necesidades humanas de micronutrientes; enfermedades no transmisibles relacionadas con la alimentación, la obesidad o el sobrepeso; cuestiones de sostenibilidad medioambiental (por ejemplo, si los tamaños de porciones

⁹ PRISMA son las siglas inglesas de *preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses* (elementos preferidos para su descripción en revisiones sistemáticas y metaanálisis).

¹⁰ GRADE son las siglas de *grading of recommendations, assessment, development, and evaluations* (clasificación de la valoración, elaboración y evaluación de las recomendaciones).

recomendados obedecen a consideraciones ambientales); un enfoque sobre las etapas de la vida (centrado en atender las necesidades de las personas vulnerables desde el punto de vista de la nutrición). Asimismo, se comprobó si había referencias a un asunto de aparición más reciente: el bienestar de los animales.

III. Principales resultados

9. En la presente sección se presentan los principales resultados de la revisión bibliográfica realizada para el documento del componente n.º 1 de la evaluación, comenzando por el contenido de nutrientes y compuestos bioactivos de los alimentos terrestres de origen animal.
 - a) Los alimentos terrestres de origen animal aportan proteínas de buena calidad en comparación con otros alimentos. Algunos aminoácidos y factores bioactivos con funciones en la salud humana solo se encuentran en este tipo de alimentos (como la carnitina, la creatina, la taurina, la hidroxiprolina y la anserina). Los ácidos grasos de cadena larga y las proporciones de los ácidos grasos esenciales que se encuentran en estos alimentos son importantes para la función cognitiva en todas las etapas de la vida de las personas.
 - b) El hierro y el zinc se absorben con más facilidad a partir de los alimentos terrestres de origen animal que de los alimentos de origen vegetal (tienen mayor “biodisponibilidad”). Es bien conocida la concentración y biodisponibilidad del calcio, entre otros componentes, en la leche. Los huevos contienen una alta concentración de nutrientes esenciales como colina y algunos ácidos grasos de cadena larga. En general, los alimentos terrestres de origen animal también son una buena fuente de selenio, vitamina B12 y colina. Se ha demostrado que el consumo de alimentos terrestres de origen animal contrarresta los efectos de los antinutrientes (factores que limitan la absorción de los nutrientes, como el fitato) que se encuentran en algunos alimentos de origen vegetal.
10. Efectos de los alimentos terrestres de origen animal en la nutrición y la salud en las distintas etapas de la vida de las personas:
 - a) La ingesta de estos alimentos puede afectar a la nutrición (estado nutricional, antropometría), la salud (enfermedades infecciosas, enfermedades crónicas, salud ósea) y la función cognitiva (desarrollo, neuroprotección, prevención de enfermedades neurológicas), pero muchos factores influyen en estos efectos, como el tipo de alimentos terrestres de origen animal o la etapa de la vida, entre otros.
 - b) En todas las etapas de la vida —como las mujeres durante el embarazo y el período de lactancia, los lactantes y los niños pequeños, los niños en edad escolar y los adolescentes, los adultos y los ancianos—, el grueso de los datos procede de ensayos en los que se analizan los efectos de la leche y los productos lácteos sobre diversas variables. En cuanto a disponibilidad de datos, les siguen la carne de vacuno y los huevos, mientras que son pocos los estudios disponibles sobre la carne de cerdo y aves de corral, la carne de animales salvajes, los insectos y la carne de otras especies menos frecuentes.

Estudios que analizan los beneficios para la salud

- c) *Leche y productos lácteos*: existen datos relativos al consumo de leche y productos lácteos (yogures y lácteos con bajo contenido en grasa, particularmente) que demuestran efectos positivos en materia de nutrición y salud entre las mujeres gestantes (sobre el peso al nacer del neonato), los niños en edad escolar y los adolescentes (mayor talla y menor adiposidad), los adultos (reducción del riesgo de mortalidad por cualquier causa, hipertensión, ictus, obesidad, diabetes de tipo 2, cáncer de colon y mama, osteoporosis y fracturas) y los ancianos (mitigación de la sarcopenia, las fracturas, la fragilidad, la demencia y la enfermedad de Alzheimer).
- d) *Carnes rojas y huevos*: existe una base empírica bastante sólida, procedente de países de ingresos altos, que demuestra los efectos positivos del consumo de carne roja sobre la masa muscular de los ancianos. Hay indicios sólidos de que el consumo de carne muscular guarda una asociación positiva con las concentraciones de hierro en los adultos. Por otro lado,

algunos datos parecen indicar que, entre todas las mujeres en edad reproductiva y en todos los contextos, dos huevos al día pueden aportar altas proporciones de la ingesta recomendada de nutrientes, sobre todo de colina, selenio y vitamina B12.

- e) *Estudios con diferentes tipos de alimentos terrestres de origen animal*: las revisiones sistemáticas apuntan a que el consumo de alimentos terrestres de origen animal tiene algunos beneficios para los lactantes y los niños pequeños por lo que concierne a una mayor talla y un mayor peso. Sin embargo, los estudios arrojan resultados desiguales en diferentes países, lo cual recalca la importancia de valorar la alimentación general del niño, así como otros factores contextuales que afectan a su crecimiento y desarrollo, a la hora de evaluar la relación entre estos alimentos y los estados nutricionales de los niños.
- f) *Estudios en ancianos*: sigue faltando mucha información científica en relación con los ancianos. No obstante, los datos preliminares sugieren que la leche y los productos lácteos y posiblemente otros alimentos terrestres de origen animal pueden mitigar la sarcopenia, las fracturas, la debilidad, la demencia y la enfermedad de Alzheimer.

Estudios que analizan los riesgos para la salud

- g) *Leche y productos lácteos*: los datos sobre la asociación entre el consumo de leche y las cardiopatías coronarias no son concluyentes.
- h) *Huevos y carne de ave*: los datos sobre el efecto del consumo de huevos sobre la colesterolemia en asociación con las cardiopatías coronarias, los ictus y la hipertensión en adultos sanos no son significativos. Los datos sobre la asociación entre el consumo de carne de aves de corral y los ictus no son significativos.
- i) *Carnes rojas*: los resultados sintetizados de los análisis de riesgo demuestran que el consumo de carnes rojas no procesadas en cantidades moderadas (entre 9 g y 71 g al día) apenas entraña riesgos para la salud. Por lo que atañe a la carne roja procesada, en cambio, el consumo a niveles muy bajos puede elevar el riesgo de mortalidad y enfermedades crónicas, en particular de enfermedades cardiovasculares y cáncer colorrectal.
- j) *Posibles alérgenos*: la leche de vaca y los huevos de ave de corral son dos de los ocho grupos de alimentos que representan riesgos de alergia, pero no se ha constatado que abstenerse de consumirlos durante la primera infancia retrase o prevenga la hipersensibilidad ni las reacciones alérgicas.

11. Inocuidad alimentaria y transmisión de enfermedades de los alimentos terrestres de origen animal:

- a) Un tercio de la carga de las enfermedades transmitidas por los alimentos está relacionado con el consumo de alimentos terrestres de origen animal contaminados, principalmente vinculado a causas bacterianas y diarrea. Aunque los datos relativos a las enfermedades transmitidas por los alimentos y los resultados en materia de salud, así como los métodos de análisis de riesgos, están bien documentados, se desconoce la carga por países (incidencia y gravedad). Por ejemplo, las principales vías de transmisión a lo largo de la cadena de valor son cruciales para elaborar políticas nacionales específicas, pero no se comprenden bien.
- b) El cambio de las prácticas agrícolas, especialmente las relacionadas con la intensificación de la producción ganadera y la utilización de insumos, el alargamiento y la ampliación de las cadenas de valor y el aumento del consumo de alimentos elaborados contribuyen a aumentar la exposición a las enfermedades transmitidas por los alimentos. La resistencia a los antimicrobianos plantea problemas añadidos.

12. Recomendaciones sobre el consumo de alimentos terrestres de origen animal como parte de políticas y documentos afines:

- a) La mayoría de las recomendaciones mencionan los alimentos terrestres de origen animal con carácter general, mientras que otras incluyen tipos concretos, sobre todo carne, leche y productos lácteos y huevos. Son pocas las recomendaciones relativas a los despojos, la carne de aves de corral, la carne de cerdo, la carne de animales salvajes y los insectos.

- b) La mayoría de las recomendaciones sobre consumo de alimentos terrestres de origen animal están relacionadas con las necesidades de micronutrientes de las personas y la prevención de enfermedades no transmisibles, y van dirigidas a toda la población. Las recomendaciones relacionadas con los micronutrientes suelen ser más detalladas que las relacionadas con las enfermedades no transmisibles, ya que proporcionan cantidades recomendadas para la ingesta diaria o semanal de estos alimentos.
 - c) La mayoría de las recomendaciones (282 de las 378 encontradas) sobre consumo de alimentos terrestres de origen animal forman parte de guías alimentarias basadas en alimentos. Las recomendaciones que formulan estas guías son de tipo cualitativo o cuantitativo, pero son más detalladas en las guías de los países de ingresos altos.
 - d) Solo constan consideraciones relativas a la sostenibilidad ambiental del consumo de alimentos terrestres de origen animal en los documentos de ocho países de ingresos medianos-altos que, en su mayoría, contienen recomendaciones cualitativas. El bienestar de los animales únicamente se menciona en dos guías.
13. Temas incipientes en relación con el consumo de alimentos terrestres de origen animal:
- a) *Microbioma*: los microorganismos que residen en el intestino pueden actuar como mediadores en los efectos de la alimentación sobre la salud humana; en este sentido, la ingesta de grandes cantidades de carne roja y carnes procesadas puede incrementar la inflamación, mientras que los productos lácteos fermentados pueden reducirla.
 - b) *Insectos*: los insectos pueden aportar muchos nutrientes esenciales (por ejemplo, hierro y zinc) y podrían ser una opción sostenible desde el punto de vista medioambiental. Es preciso investigar más en cuanto a su inocuidad como alimentos y la forma de superar las barreras culturales.
 - c) *Sucedáneos de la carne de origen vegetal y de cultivo celular*: los datos científicos parecen indicar que algunos sucedáneos vegetales de la carne carecen de algunos nutrientes esenciales al tiempo que contienen gran cantidad de grasa, sodio y azúcar. Es preciso investigar más para conocer su efecto sobre el medio ambiente y su inocuidad como alimentos.
 - d) La nutrigenómica va más allá de las variables estudiadas habitualmente en relación con el consumo de alimentos terrestres de origen animal y ofrece una visión más profunda sobre la calidad nutricional y la inocuidad. Los estudios de metabolómica específica realizados en el Ecuador y Malawi demuestran el efecto del consumo de huevos sobre importantes biomarcadores presentes en el plasma de los niños.

IV. Actividades y productos divulgativos

14. El documento del componente n.º 1¹¹, publicado en abril de 2023, ha acaparado una gran atención en todo el mundo¹², sobre todo desde las redes sociales y los medios noticiosos; la cobertura ha sido mayor en los Estados Unidos de América, seguida de América Latina, Europa, partes del Asia meridional y oriental y algunos países africanos. La publicación se acompañó de una nota de prensa emitida por la FAO en los idiomas de la Organización¹³.

¹¹ <https://www.fao.org/documents/card/es?details=cc3912en>

¹² Los sistemas de Altmetric contabilizan la atención prestada por los medios a una publicación. El 5 de septiembre de 2023, el documento se había mencionado en 1395 fuentes, lo cual denota un interés sustancial por parte de diversos medios (la cifra puede visualizarse por categorías y tipos de medios aquí: <https://fao.altmetric.com/details/146511665>).

¹³ <https://www.fao.org/newsroom/detail/meat-eggs-and-milk-essential-source-of-nutrients-new-fao-report-says-250423/es>

15. Se han elaborado siete infografías¹⁴ a partir del documento del componente n.º 1, las cuales se utilizan para actividades de comunicación en campañas mundiales como el Día Mundial de la Leche y el canal de la FAO sobre ganadería en Twitter¹⁵. Las actividades de comunicación han dado pie a más de 400 artículos de prensa.

16. Las conclusiones del documento correspondiente al componente n.º 1 de la evaluación fueron debatidas en un acto paralelo al 28.º período de sesiones del COAG, titulado “Políticas que influyen en el consumo de alimentos terrestres de origen animal en el contexto de dietas saludables”, el 20 de julio de 2022¹⁶. Para esta ocasión, se publicaron los mensajes principales en un folleto¹⁷. El documento n.º 1 de la evaluación se presentó en un acto paralelo titulado “Contribución de los alimentos terrestres de origen animal a las dietas saludables con vistas a mejorar los resultados en materia de nutrición y salud: visión general de los conocimientos disponibles y las deficiencias desde el punto de vista de los datos y las políticas”, el 25 de abril de 2023¹⁸, al margen del 172.º período de sesiones del Consejo. Las conclusiones del documento se presentaron en la Conferencia Mundial de la FAO sobre la Transformación Sostenible de la Ganadería, celebrada entre el 25 y el 27 de septiembre de 2023¹⁹.

III. Conclusiones y recomendaciones

17. En su primera reunión, el Subcomité de Ganadería del COAG recomendó al COAG que alentara a los Miembros a considerar la repercusión de las políticas, los programas y los marcos legislativos del sector ganadero en los resultados en materia de nutrición y a actualizar las guías alimentarias nacionales basadas en alimentos para que considerasen debidamente los alimentos terrestres de origen animal y las necesidades específicas de nutrientes en las distintas etapas de la vida de los seres humanos²⁰. La recomendación fue aprobada por el COAG en su 28.º período de sesiones²¹.

18. El documento relativo al componente n.º 1 ofrece una revisión objetiva y exhaustiva de los datos científicos sobre los beneficios y los riesgos para la salud humana asociados con el consumo de alimentos terrestres de origen animal.

19. Los resultados revelan lagunas en los datos científicos y en las recomendaciones formuladas en las políticas, tal como se resume a continuación:

- a) Se requiere una mayor comprensión de las interacciones de los nutrientes y los compuestos bioactivos de los alimentos terrestres de origen animal en los hábitos alimentarios con objeto de conocer mejor la incidencia de estos alimentos en los resultados en materia de nutrición, salud y funciones cognitivas a lo largo de las diferentes etapas de la vida de las personas.

¹⁴ [La leche aporta micronutrientes esenciales y contribuye a una dieta saludable](#)

[Los huevos aportan nutrientes esenciales y contribuyen a una dieta saludable](#)

[Animal source foods are rich in iron, a micronutrient essential to life](#)

[Animal source foods contribute to healthy diets](#)

Animal source foods contribute to healthy diets over the life course:

[Pregnant and lactating women & infants and younger children](#)

[School-age children and adolescent](#)

[Adults and older adults](#)

¹⁵ <https://twitter.com/faolivestock?lang=es>

¹⁶ <https://www.fao.org/coag/coag-28/side-events/es>

Miércoles, 20 de julio, 12.15-13.45 CEST; “Políticas que influyen en el consumo de alimentos terrestres de origen animal en el contexto de dietas saludables”; [Transmisión web](#) |

Programa: [AR](#) [CH](#) [EN](#) [ES](#) [FR](#) [RU](#) | [Folleto](#)

¹⁷ <https://www.fao.org/documents/card/es?details=cc0946en>

¹⁸ <https://www.fao.org/about/meetings/council/cl172/side-events/es>

¹⁹ <https://www.fao.org/events/detail/fao-global-conference-on-sustainable-livestock-transformation/es>

²⁰ <https://www.fao.org/3/ni966es/ni966es.pdf>, párr. 14.

²¹ <https://www.fao.org/3/nj925es/nj925es.pdf>, párr. 10.

- b) Siguen faltando publicaciones sobre la frecuencia de consumo de alimentos terrestres de origen animal y la cantidad de los mismos en las dietas saludables para varias etapas de la vida. Parece que una parte importante de los datos disponibles en la actualidad se generó en respuesta a cuestiones centradas en gran medida en la capacidad de dichos alimentos, en especial la carne roja, la leche y los productos lácteos, de aumentar el riesgo de enfermedades no transmisibles. Existen muchos menos estudios sobre los efectos (riesgos o beneficios) de la carne de cerdo, aves de corral, caprino, ovino, animales salvajes e insectos.
- c) Las guías alimentarias nacionales basadas en alimentos se deberían actualizar para que consideraran debidamente los alimentos terrestres de origen animal y las necesidades específicas de nutrientes en las diferentes etapas de la vida que aún no se hayan considerado. Las recomendaciones deberían tener en cuenta las implicaciones del consumo de este tipo de alimentos por encima o por debajo de los niveles recomendados, dado que las carencias de micronutrientes coexisten con las enfermedades no transmisibles.
- d) Con la inclusión de dichas recomendaciones de consumo cuantitativas, las guías alimentarias nacionales basadas en alimentos se podrían utilizar para fundamentar mejor las políticas y los programas del sector ganadero, a fin de priorizar y mejorar la disponibilidad de los alimentos recomendados que tienen un potencial beneficioso para los resultados en materia de nutrición.

20. Cada vez se presta más atención en el dominio público al efecto que pueden tener los alimentos terrestres de origen animal sobre la salud y a la contribución que pueden hacer a las repercusiones ambientales derivadas de la producción pecuaria. En este contexto, el documento relativo al componente n.º 1 ofrece una revisión objetiva y exhaustiva de los datos científicos sobre los beneficios y los riesgos para la salud humana asociados con el consumo de esta clase de alimentos. Esta revisión se complementará con los próximos tres documentos sobre sendos componentes, en los cuales se examinará: los factores que determinan la oferta, la demanda y el consumo de alimentos terrestres de origen animal (documento n.º 2); los beneficios, las sinergias y las complementariedades del sector ganadero en relación con la seguridad alimentaria y los sistemas agroalimentarios sostenibles (documento n.º 3), y las oportunidades para transformar el sector ganadero de forma sostenible con miras a mejorar su contribución a la seguridad alimentaria y la nutrición (documento n.º 4). En última instancia, los cuatro documentos se refundirán en un documento de síntesis de alto nivel sobre la contribución de la ganadería a las dietas saludables y los sistemas agroalimentarios sostenibles.