

HUEVOS CON OMEGA 3: UN NUEVO ALIMENTO FUNCIONAL Y MÁS SALUDABLE

Claudia Gallinger*. 2012. EEA INTA Concepción del Uruguay, Argentina.
*Coordinadora de la investigación y técnica del INTA Concepción del Uruguay.

www.produccion-animal.com.ar

Volver a: [Producción avícola en general](#)

INVESTIGADORES DEL INTA LOGRARON AUMENTAR CINCO VECES EL NIVEL DE ÁCIDOS GRASOS DE OMEGA-3 PRESENTE EN HUEVOS, MEDIANTE MODIFICACIONES EN LA ALIMENTACIÓN DE LAS GALLINAS



Si la gallina clueca en efecto dijo “¡Eureka!”, siguiendo a Arquímedes y a Les Luthiers, bien pudo haber sido por este nuevo hallazgo científico: con modificaciones en la dieta de las ponedoras, técnicos del INTA obtuvieron huevos con cinco veces más omega-3 (n-3), ácidos grasos poliinsaturados que son beneficiosos para los seres humanos ya que permiten reducir los riesgos vinculados a enfermedades cardiovasculares, arteriosclerosis, artritis, y otras enfermedades autoinmunes.

Para lograrlo, los científicos del INTA y de diferentes universidades nacionales incorporaron n-3 en la dieta de las ponedoras, mediante materias primas de disponibilidad local: semillas y aceite de lino, colza y chía. De la investigación, publicada en la Revista de Investigaciones Agropecuarias (RIA) del instituto, se desprende que si bien el valor económico de los huevos enriquecidos puede ser mayor al de los comunes, la producción de estos alimentos con propiedades funcionales aporta nutrientes específicos a los consumidores argentinos con la ventaja de que, como producto, ya están incorporados en su dieta.

“Existe un desbalance entre la cantidad de omega-3 y omega-6 que consumimos”, dijo la coordinadora de la investigación y técnica del INTA Concepción del Uruguay, Claudia Gallinger, quien aseguró: “Las personas ingieren alrededor de 224 huevos anuales –aproximadamente cuatro por semana– y si ellos pudieran alternar con uno de los enriquecidos, podrían incorporar un aporte extra de omega-3 a su alimentación diaria”.

Según el Ministerio de Agricultura, Ganadería y Pesca, la producción nacional de huevos es de 808,4 millones de docenas, de las cuales 94 son destinadas a la industrialización. Asimismo el Centro de Empresas Procesadoras Avícola de la Argentina proyecta que, entre 2011 y 2017, el crecimiento de la producción avícola será constante, a un ritmo de seis por ciento para la producción de carne de ave y del cuatro para la de huevos.

Gallinger: "El productor pueda incorporar al mercado huevos con mayor valor agregado y que el consumidor pueda ingerir huevos con alto valor nutricional".

AGREGAR VALOR A LA INDUSTRIA AVÍCOLA

Durante la investigación, se llevaron a cabo ocho tratamientos diferenciados en función de los alimentos que se suministraron a los animales, recolectaron huevos al final de cada período de alimentación y evaluaron su peso y el de las yemas para determinar el contenido de lípidos y su perfil en ácidos grasos.

Al tener en cuenta que un huevo normal aporta 140 miligramos de n-3, los científicos hallaron que, a partir de los tratamientos con semilla y aceites de lino, se pudo incrementar tres veces la cantidad de Omega-3 –hasta 400 miligramos– en la producción. Al utilizar aceite y semillas de chía, el valor se multiplicó por cinco (entre 735 y 740 miligramos).

En el caso de incorporar esas semillas en los alimentos avícolas se lograría que “el productor pueda incorporar al mercado huevos con mayor valor agregado y que el consumidor pueda ingerir huevos con alto valor nutricional que, a la vez, cuiden su salud”, explicó Gallinger.

HUEVOS ENRIQUECIDOS

A estos componentes también se los denomina “grasas esenciales”, ya que no pueden ser sintetizados por el organismo y deben ser incorporados en cantidad suficiente mediante la alimentación o suplementos dietarios. En la misma línea, las fuentes más ricas en Omega-3 son los peces de aguas frías –en mayor medida los de agua salada–, aunque también hay fuentes alternativas que son de origen vegetal como la chía, el lino, las semillas de calabaza y colza.

Volver a: [Producción avícola en general](#)