



Información al Periodismo

FINAL PARA UNA CONTROVERSIA DE DÉCADAS: LA FDA ANUNCIÓ QUE EL HUEVO CUMPLE LA NUEVA DEFINICIÓN DE “SALUDABLE”

Una nueva declaración de que el huevo es “saludable” cambia radicalmente la historia nutricional y los reafirma como una opción clara para una vida sana.

La Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (FDA) ha anunciado que el huevo cumple con la definición actualizada de la agencia de “saludable”. Este hito cierra la puerta a décadas de debate sobre si los huevos son buenos para la salud y refuerza su posición como fuente de nutrición.

La definición de “saludable” de la FDA se centra en promover patrones de alimentación saludables y se basa en criterios específicos para evaluar los alimentos que ayudan a los estadounidenses a satisfacer sus necesidades nutricionales. Con esta actualización, la FDA facilita a los consumidores la elección de alimentos saludables. Los huevos, a menudo celebrados por su Simplicidad, versatilidad y nutrición, ahora pueden lucir con orgullo el distintivo de “saludable”.

Al respecto el Dr. (Esp.) Javier Prida, Coordinador del Instituto Latinoamericano del Huevo señaló que “si bien desde hace varias décadas existen en la comunidad científica el consenso sobre las bondades nutricional del huevo y su aporte a la salud, este anuncio es importante porque la FDA es la principal agencia de EE. UU en seguridad alimentaria y un referente de primer nivel mundial que pone un punto final a esta controversia que se inició en los 80 con informaciones incorrectas y ya obsoletas sobre el huevo”

Prida hizo referencia al famoso artículo de la revista Time de 1984 que representó a el huevo como la cara del colesterol y una amenaza para la salud... La confusión sobre este tema persistió durante décadas. Las investigaciones actuales muestran que el colesterol en los huevos no tiene un impacto negativo en los niveles de colesterol del cuerpo, como antes se creía.

“El anuncio de la FDA reafirma el papel del huevo como una fuente saludable de proteínas de alta calidad y aportan nutrientes a la dieta en cantidad suficiente, como la vitamina D y la colina” comentó Prida.

Acerca de la Food and Drug Administration (FDA) de EE.UU

Es una agencia gubernamental fundada en 1960, la cual se encarga de proteger la salud pública al garantizar la seguridad, eficacia y calidad de alimentos, medicamentos, productos biológicos y dispositivos médicos, entre otros. La FDA juega un papel importante en la regulación de productos que afectan la vida cotidiana de millones de personas a nivel global, debido a la influencia de sus normas.

Buenos Aires, enero de 2025.