



Productos de origen animal como parte de una dieta saludable

Diego Braña Varela
Salud Nutricional, Elanco



Covid + Guerra + Codicia =

Desequilibrio Extremo en
Precios de Alimentos



Años Promedio	Índice de Precios FAO Alimentos	Carne	Cereales	Aceites
2004 a 2020	99	91	102	109
2022 (Octubre)	136	121	148	153

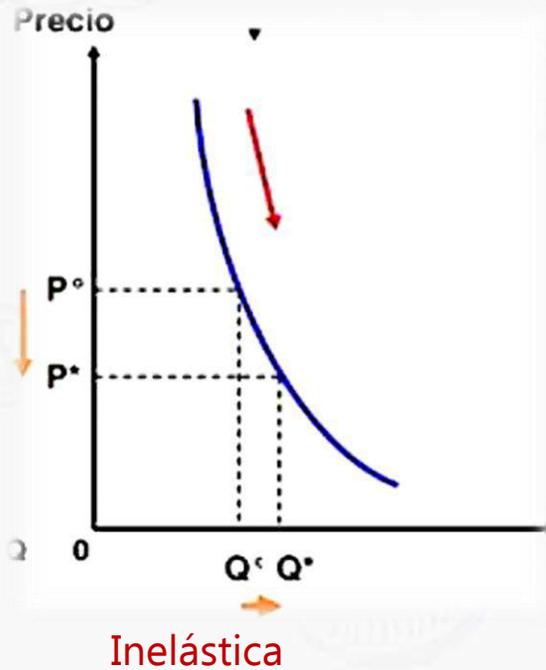
¿Quién va a absorber la diferencia entre costos de insumos y precio de la carne?



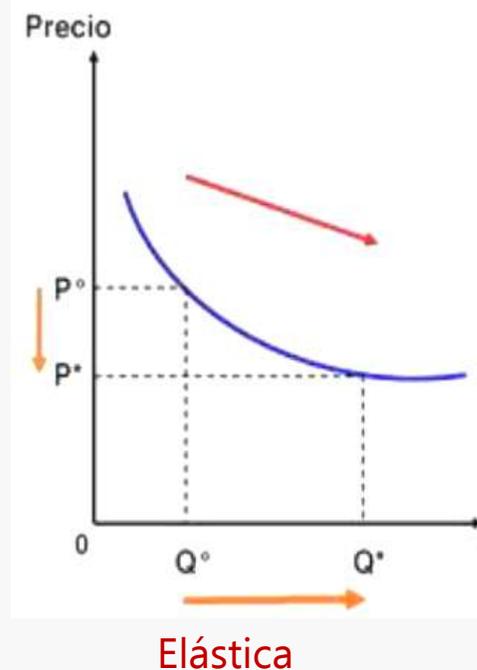
Consecuencias de un aumento en el costo de los productos pecuarios



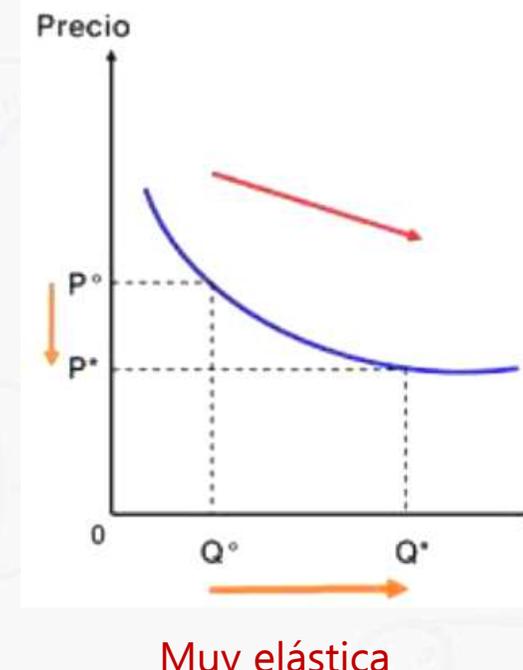
CLASE ALTA



CLASE MEDIA



CLASE BAJA



La forma en que la gente con inseguridad alimentaria modifica su dieta varia por nivel de ingreso...





Según la FAO (Estado de la nutrición global, 2020)

En México, cuando la gente enfrenta una moderada inseguridad alimentaria, consume alimentos más baratos por contenido calórico y consume menos alimentos caros (carne y leche).

En niveles más extremos de inseguridad alimenticia lo que más limita son las frutas y los lácteos.

Los más pobres de México, son los que más limitan su consumo de productos de origen animal y por ende los que tienen la peor nutrición

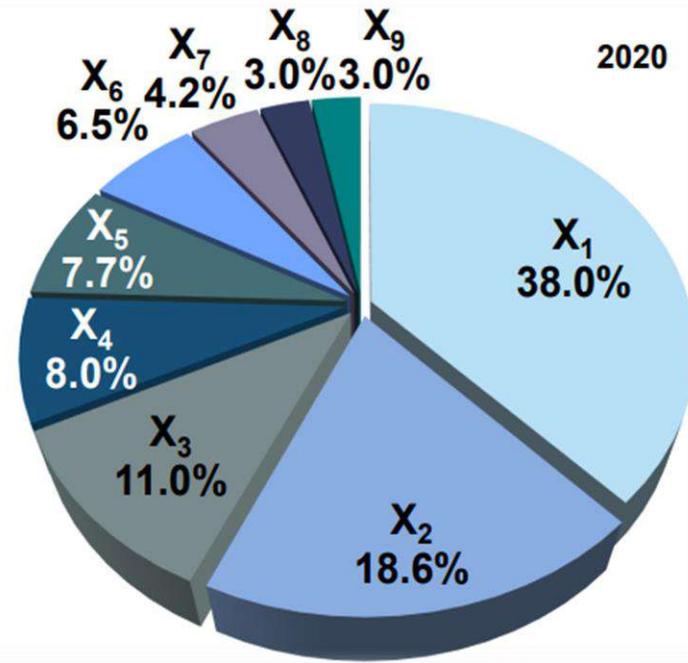
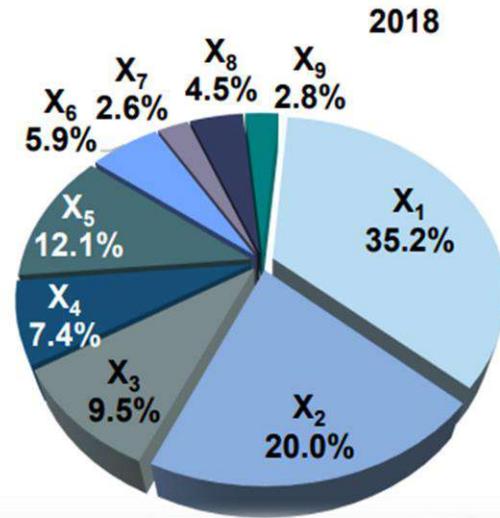


Distribución porcentual del gasto corriente monetario total trimestral por grandes rubros de gasto



El gasto corriente monetario total trimestral estimado en la EIGH 2020 fue de **1.07 bilones de pesos**.

- X₁ Alimentos y bebidas
- X₂ Transporte y comunicaciones
- X₃ Vivienda y servicios
- X₄ Cuidados personales
- X₅ Educación y esparcimiento
- X₆ Limpieza y cuidados de la casa
- X₇ Salud
- X₈ Vestido y calzado
- X₉ Transferencias de gasto



Gasto corriente monetario promedio trimestral para los 20 principales rubros del gasto (pesos)

FORO

Rubros específicos del gasto	Promedios (pesos)			Distribución porcentual	Variación Porcentual		Rubros específicos del gasto	Promedios (pesos)			Distribución porcentual	Variación Porcentual	
	ENIGH 2016	ENIGH 2018	ENIGH 2020		2016-2018	2018-2020		ENIGH 2016	ENIGH 2018	ENIGH 2020		2016-2018	2018-2020
Gasto corriente monetario	33 687	34 329	29 910	100%	1.9*	-12.9*	Gasto corriente monetario	33 687	34 329	29 910	100%	1.9*	-12.9*
Carne	2 133	2 131	2 243	7.5%	-0.1	5.2*	Cuidados de la salud	910	901	1 266	4.2%	-0.9	40.5*
Cuidados personales	1 846	1 913	1 816	6.1%	3.7*	-5.1*	Verduras	1 052	1 080	1 162	3.9%	2.6*	7.6*
Educación	2 915	2 947	1 789	6.0%	1.1	-39.3*	Alquileres brutos	1 182	1 197	1 161	3.9%	1.2	-3.0
Combustibles para vehículos	1 854	2 148	1 779	5.9%	15.9*	-17.2*	Transporte público	1 753	1 776	1 011	3.4%	1.3	-43.1*
Comunicaciones	1 483	1 530	1 703	5.7%	3.2*	11.3*	Leche y sus derivados	988	934	893	3.0%	-5.4*	-4.4*
Cereales	1 639	1 648	1 650	5.5%	0.5	0.1	Transferencias	989	961	884	3.0%	-2.7	-8.0*
Electricidad y combustibles	1 399	1 489	1 523	5.1%	6.4*	2.3*	Bebidas alcohólicas y no alcohólicas	821	815	854	2.9%	-0.7	4.8*
Alimentos fuera del hogar	2 600	2 759	1 520	5.1%	6.1*	-44.9*	Adquisición de vehículos	829	857	717	2.4%	3.3	-16.3*
Cuidados de la casa	1 504	1 534	1 492	5.0%	2.0	-2.7	Vestido	959	943	574	1.9%	-1.6	-39.2*
Otros alimentos diversos**	1 022	1 114	1 349	4.5%	9.1*	21.1*	Esparcimiento	925	847	423	1.4%	-8.4*	-50.1*



Detrás de los detractores de Productos de Origen Animal, hay grandes intereses económicos que debemos conocer y entender.



The Atlantic

Why Cereal Has Such Aggressive Marketing

Ads by the chicken lobby may convince people to eat a bit more chicken, but an avalanche of Tony the Tiger ads can get tens of thousands of children to eat Frosted Flakes every morning for year

By Alex Mayyasi and Priceconomics



Opinion Food & Beverage

Lab-grown meat isn't about sustainability, it's big business

Once 'meat' can be manufactured convincingly, those who own the IP will want you to consume much more of it.

TIM HAYWARD

+ Add to myFT



peta.org/about-peta/learn-about-peta/financial-report/



ANIMALS ARE NOT OURS

to experiment on, eat, wear, use for entertainment, or abuse in any other way. »



Features Videos Action News Issues Living Students Shop Investigations Media About Donate Now

Action Resources Articles

Film Library Donate Sign Up

welfare labels, such as *RSPCA Assured, Free Range or best of all Organic. These pigs will have been raised on high welfare farms, almost certainly in the UK. You can find pork with high welfare labels in most supermarkets. #JustAsk for high welfare at your local butcher, or better still shop at your local farmers' market, find high welfare online, or join a box scheme. If you're eating out, #JustAsk if the meat is from a high welfare farm.

Common Labels

HIGH WELFARE	IMPROVED WELFARE	LOW WELFARE
<ul style="list-style-type: none">✓ Organic✓ Free Range✓ RSPCA Assured + Outdoor Bred/Reared	<ul style="list-style-type: none">✓ RSPCA Assured✓ Outdoor Reared✓ Outdoor Bred	<ul style="list-style-type: none">✗ Red Tractor✗ UK Standard✗ EU Standard

The Humane League busca que Grupo Posadas anuncie política para consumir **Animal** 100% de su cadena de suministro para el 2025 o antes

¡CRUELDAD ANIMAL EN 120 HOTELES DE GRUPO POSADAS!

La organización internacional a favor de los derechos de los animales The Humane League (THL) emprendió una semana de acciones en la Ciudad de México para exigir a Grupo Posadas, el grupo hotelero más grande de México con más de 120 hoteles, deje de apoyar la crueldad animal al consumir "huevo cruel", producto de gallinas ponedoras que viven enjauladas, en condiciones de crueldad animal.



THL busca que Grupo Posadas que conglomerara las marcas de hoteles Live Aqua, Fiesta Americana Grand, Fiesta Americana, The Explorean by Fiesta Americana, Fiesta Inn, Gamma y One Hoteles, anuncie un compromiso público contra la crueldad animal y adquiera "huevo libre de jaula" en el 100% de su cadena de suministro para el 2025 o antes, evitando que cientos de miles de gallinas ponedoras de huevo vivan en situación de maltrato animal.





**Aunque algunos ataques a los productos de origen animal
cuesta trabajo entender...**

Si es por una Garrafal y Monumental Estupidez

O si existen trasfondos mal intencionados...



Tú que comes CARNE DE CERDO, cuida tu salud y la de tu familia



- Evita comprar carne en rastros clandestinos y siempre revisa que no tenga bolitas blancas (cisticercos)



- Si encuentras carne con cisticercos, por ningún motivo la consumes. Avisa a la unidad de médica más cercana

- Al momento de cocinar, corta la carne en trozos pequeños o tiras delgadas, asegúrate de cocerla, asarla o freírla muy bien



- Si sientes molestias en el estómago, diarrea o estreñimiento, acude con el personal médico, puedes tener Teniasis (solitaria)

- Si en el excremento notas algo parecido a un "tallarín", deberás ponerlo en un frasco y acudir con tu familia a la unidad médica para que reciban tratamiento



**Cuidemos nuestra salud,
sigamos las medidas de higiene**

EVITA LA TENIASIS, LA CISTICERCOSIS Y SUS COMPLICACIONES

- Corta la carne de puerco en tiras delgadas o trozos pequeños antes de cocinar



- Hierve el agua para beber y cuece o fríe muy bien los alimentos

- Come en lugares limpios, de preferencia en casa



- Lávate las manos antes de comer, y después de ir al baño

- Procura defecar en excusados y letrinas o, al menos, entierra el excremento



- Lava frutas y verduras con agua, zacate y jabón

**Cuidemos nuestra salud,
sigamos las medidas de higiene**

gob.mx/salud/cenaprece



SALUD

CENAPRECE

gob.mx/salud/cenaprece



Baletín EPIDEMIOLÓGICO
Sistema Nacional de Vigilancia Epidemiológica
Sistema Único de Información



Cuando a febrero de 2022 en muchas otras cosas

México ha realmente importantes

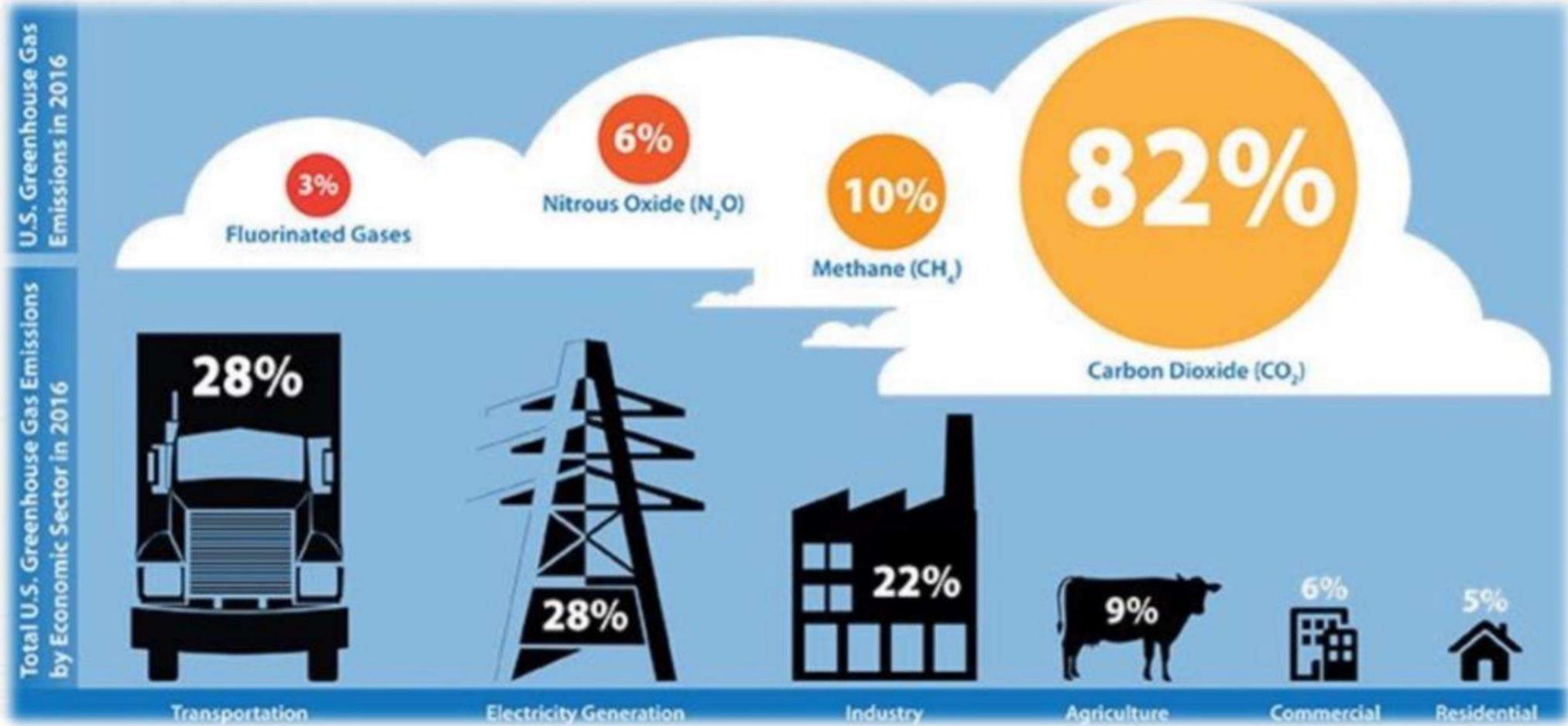
- 1,000,000 casos de Covid 19
- 7,500 Depresión
- 2,600 Salmonela
- 1,700 Ascariasis
- 1,000 Tifoidea
- 700 Sífilis
- 600 SIDA
- 15 Cisticercosis (sin saber si tienen relación con el cerdo)



Desinformación, Mal-información, culpas, etc.



Solo el 3.9% de todos los gases de efecto invernadero son asociados a la producción animal. Frank Mitloehner UC-Davis



Desperdicio de alimentos y la ONU



Metas para el Desarrollo sustentable de 2015

Asegurar la producción y alimentación sustentable

Implica para el 2030, **reducir a la mitad el desperdicio per cápita** en todos los niveles de la cadena de producción consumo de alimentos

Los alimentos cárnicos están erróneamente etiquetados como de alto impacto potencial para el calentamiento global.

Por lo que **reducir el desperdicio, debiera de ser una de las prioridades del Sector Productivo**



Alimentos disponibles y desperdicio en Europa

Caldeira *et al.*, 2019



Food groups	EU available (Mt)	Food Waste (Mt)					
		Primary Production	Processing & Manufacturing	Retail & Distribution	Consumption		Total FW
					Households	Food services	
Meat	61.7	0.5	2.9	1.7	7.3	1.7	14.2
Fish	8.2	0.0	3.1	0.2	0.5	0.3	4.2
Dairy	150.2	0.5	1.1	0.4	4.2	0.6	6.8
Eggs	6.2	0.3	0.1	0.1	1.1	0.3	1.8
Cereals	78.2	1.2	2.5	1.7	8.0	2.2	15.6
Fruit	67.9	11.1	6.1	0.8	8.6	1.5	28.1
Vegetables	68.5	13.4	2.6	0.9	12.2	2.2	31.3
Potatoes	42.8	1.2	2.1	0.3	4.9	0.8	9.4
Sugar beets	118.7	3.1	0.0	0.4	1.3	0.3	5.1
Oil Crops	35.4	0.9	10.0	0.1	1.4	0.3	12.7
TOTAL	637.8	32.2	30.6	6.7	49.6	10.3	129.2

De los cárnicos producidos en Europa, el 23% se desperdicia en la cadena de producción consumo



Vida de Anaquel o vida técnica



“Periodo entre la manufactura y venta de un producto alimenticio durante el cual el producto es **inocuo** y tiene una **calidad satisfactoria**”

Vida útil

“El tiempo de almacenamiento hasta el deterioro”

“Tiempo en que la carne se mantiene inocua, sensorialmente deseable (lo que implica características microbiológicas, físicas y químicas), cuando se mantiene en condiciones específicas”





Formulación

Empaque



Procesamiento

Almacenamiento



Nuestras decisiones en granja, planta de alimentos y de procesos, tienen consecuencias a lo largo de la cadena de producción-consumo de carne



Vida de anaquel

Desperdicio

Calidad

Satisfacción

Rentabilidad

Mercado

Salud y satisfacción de los consumidores

Percepción del consumidor



Esto debe de ser un llamado de atención



**A nuestros Asociados y a todas las Instituciones relacionadas con el
Financiamiento de la Investigación**

**El aumentar la Vida de Anaquel de los Alimentos, particularmente
de aquellos de Origen Animal, debiera ser una Prioridad Nacional**



MÉXICO: UN PAÍS CON PROBLEMAS DE OBESIDAD



- 2^{do} lugar de prevalencia mundial de obesidad en adultos, (10 veces más que Japón y Corea).
- 4^{to} lugar de prevalencia mundial de obesidad, superado por Grecia, Estados Unidos e Italia.
- 70 % de adultos con exceso de peso.
- 75 % del total de las muertes asociadas a ECNT

Panorama de la obesidad en México

Dávila-Torres et al., 2015.

Rev Med Inst Mex Seguro Soc. 2015;53(2):240-9



La carne de cerdo como alimento complementario para bebés amamantando y en niños pequeños: un ensayo controlado aleatorio en la China rural.



- Suplementó a niños chinos de zonas rurales de los 6 a 18 meses de edad
- Suplemento diario de cerdo o cereal enriquecido por 12 meses.
- El grupo de carne tuvo un mayor crecimiento lineal ($P < .01$) y Menor Peso ($P < 0.05$) que los de cereales

Comparison of changes in anthropometric outcomes from 6 to 18 months (mean \pm SD)

Measurement	Meat group ($n = 462$)	Cereal group ($n = 856$)	p^a
Δ Length (cm)	13.01 \pm 1.9	12.75 \pm 1.8	.01
Δ Weight (kg)	2.45 \pm 0.60	2.38 \pm 0.60	.08
Δ HC (cm)	3.80 \pm 0.73	3.82 \pm 0.65	.66
Δ LAZ	-0.43 \pm 0.72	-0.54 \pm 0.67	< .01
Δ WAZ	-0.35 \pm 0.60	-0.43 \pm 0.61	.05
Δ WLZ	-0.47 \pm 0.79	-0.50 \pm 0.81	.62
Δ HCZ	-0.19 \pm 0.56	-0.18 \pm 0.50	.87

¡Cuidado!

el alto contenido de proteínas en las fórmulas lácteas contribuye a un rápido aumento de peso temprano y un mayor riesgo de sobrepeso en los bebés

HC, head circumference; HCZ, head circumference z-score; LAZ, length-for-age z-score; WAZ, weight-for-age z-score



No hay relación entre la obesidad y consumo de proteína animal

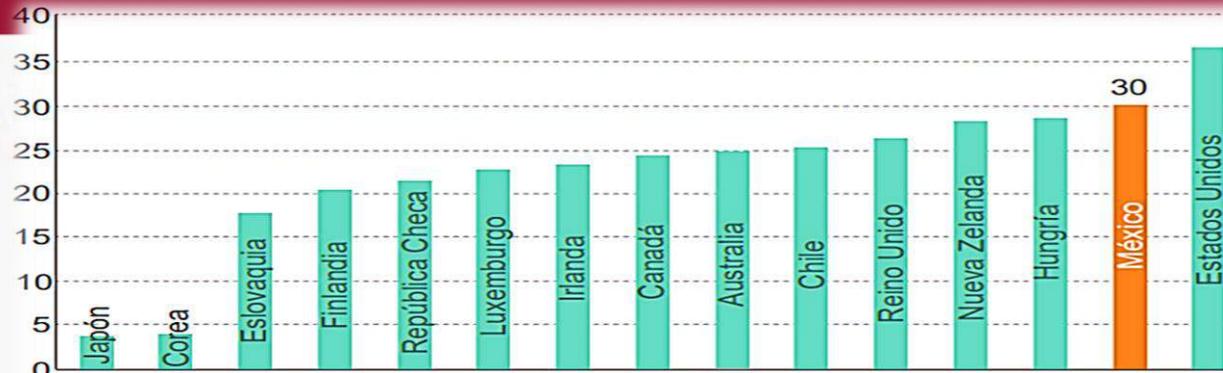


Figura 2 Porcentaje de población adulta con obesidad, países OCDE 2010

Consumo per cápita anualizado en Kg

País	Estatura (m)	Peso (kg)	IMC	Consumo per cápita anualizado en Kg				Sumatoria	Sumatoria/IMC
				Res	Cerdo	Ave	Huevo		
Japón	1.72	69	23.3	7	13	14	20	54	2.3
Argentina	1.74	74	24.4	50	10	49	13	122	5.0
Corea	1.75	75	24.5	14	32	13	12	71	2.9
Finlandia	1.8	85	26.2	15	25	22	12	74	2.8
México	1.64	75	27.9	10	15	31	20	79	2.8
EEUU	1.76	91	29.4	26	24	49	18	117	4.0



El consumo de grasa promueve su utilización (quemarla).
El consumo de carbohidratos induce la acumulación de grasa (obesidad)
25 a 30% de la energía de la dieta debe provenir de grasa (WHO, FAO, INNSS)



¿Quieres acelerar tu metabolismo?
Consume proteína de alta calidad, esto acelera tu metabolismo,
quema calorías y te ayuda a reducir el consumo calórico.
Consume productos de origen natural.



El consumo de carne
de cerdo te ayuda a controlar tu peso ya que aumenta
la sensación de saciedad
y por lo tanto a consumir menos calorías, y reducir los antojos entre comidas.





No importa buscar culpables...

Ahora lo importante es difundir la verdad

Difundiendo realidades científicas, de manera

Positiva y Activa

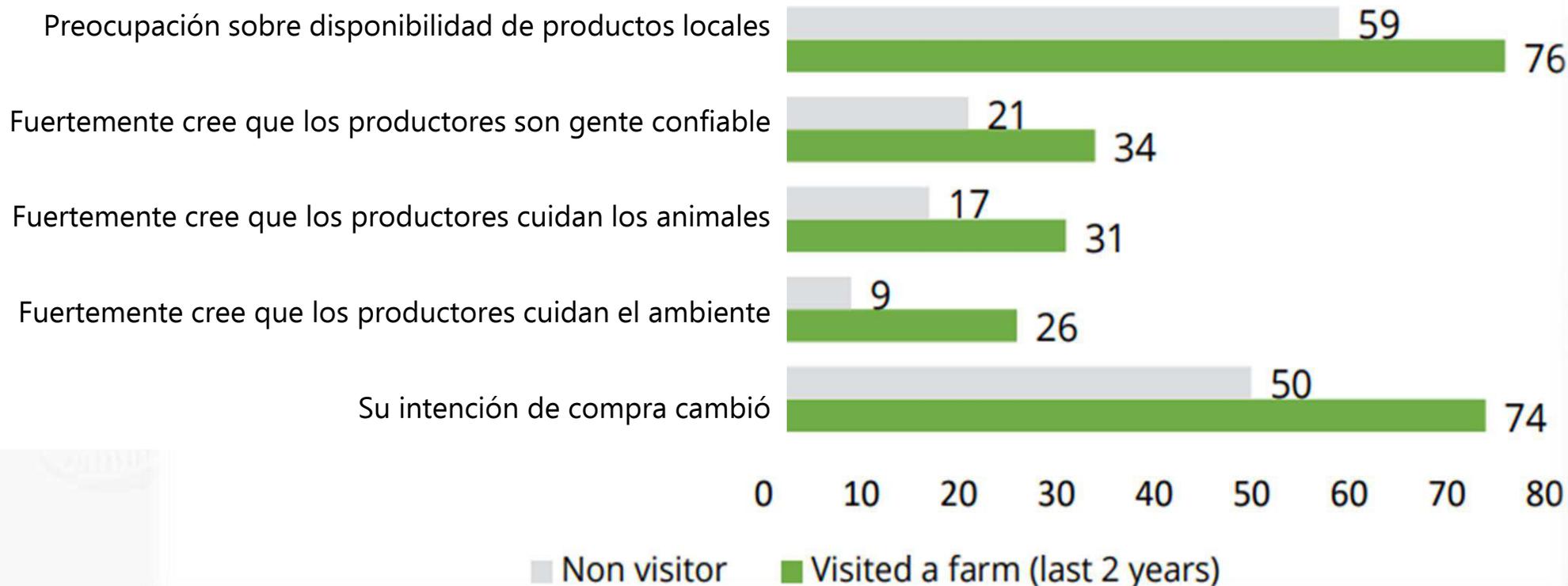
**Los productos de Origen Animal forman parte esencial de nuestra cultura,
de una dieta mixta y balanceada, que asegura el consumo de
micronutrientes altamente digestibles, que ayuda al balance energético del
cuerpo y a lograr el equilibrio**



Impacto de visitar una granja, sobre las percepciones y preocupaciones de los consumidores



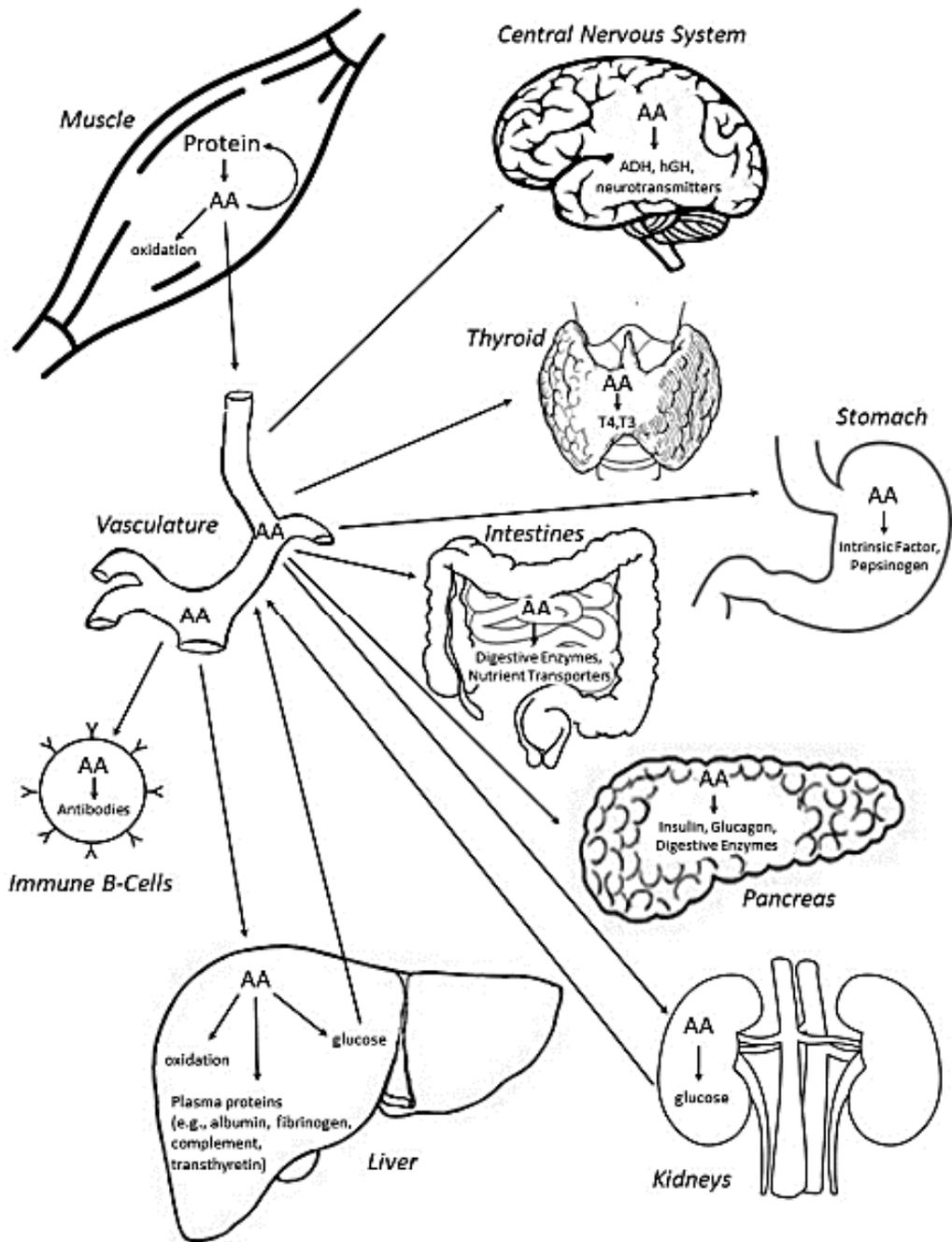
Impact of farm visit on perceptions and concerns



La Confianza de la Sociedad se crea:

- Con Motivación Gremial
- Revelando información honesta y públicamente
- Involucrando a la sociedad, con Claridad, Precisión y Credibilidad





La Grasa y la Proteína ANIMAL aportan nutrientes esenciales para el correcto funcionamiento del cuerpo.

Carbone y Pasiakos, 2019



Consume carne de cerdo

para evitar deficiencia de proteínas y minerales.



Las proteínas son necesarias
para el crecimiento y desarrollo corporal.

Encuéntralas en
la carne de cerdo.





Sabías que la carne
de cerdo es una excelente fuente de
vitamina B6, la cual ayuda
al cuerpo a que el cerebro funcione adecuadamente
y a que el sistema inmune sea eficiente.



La vitamina B6
mejora la funcionalidad del cerebro y mejora
el sistema inmune.
Ésta la encontrarás en la carne de cerdo.





La Unión Europea es el mayor consumidor de carne de cerdo a nivel global, con un consumo superior a 40 kilogramos per cápita.

En el 2020, España tuvo un consumo aparente per cápita de 49.6 kg y la expectativa de vida (83 años) más longeva de Europa



LONGEVIDAD Y PRODUCTOS DE ORIGEN ANIMAL

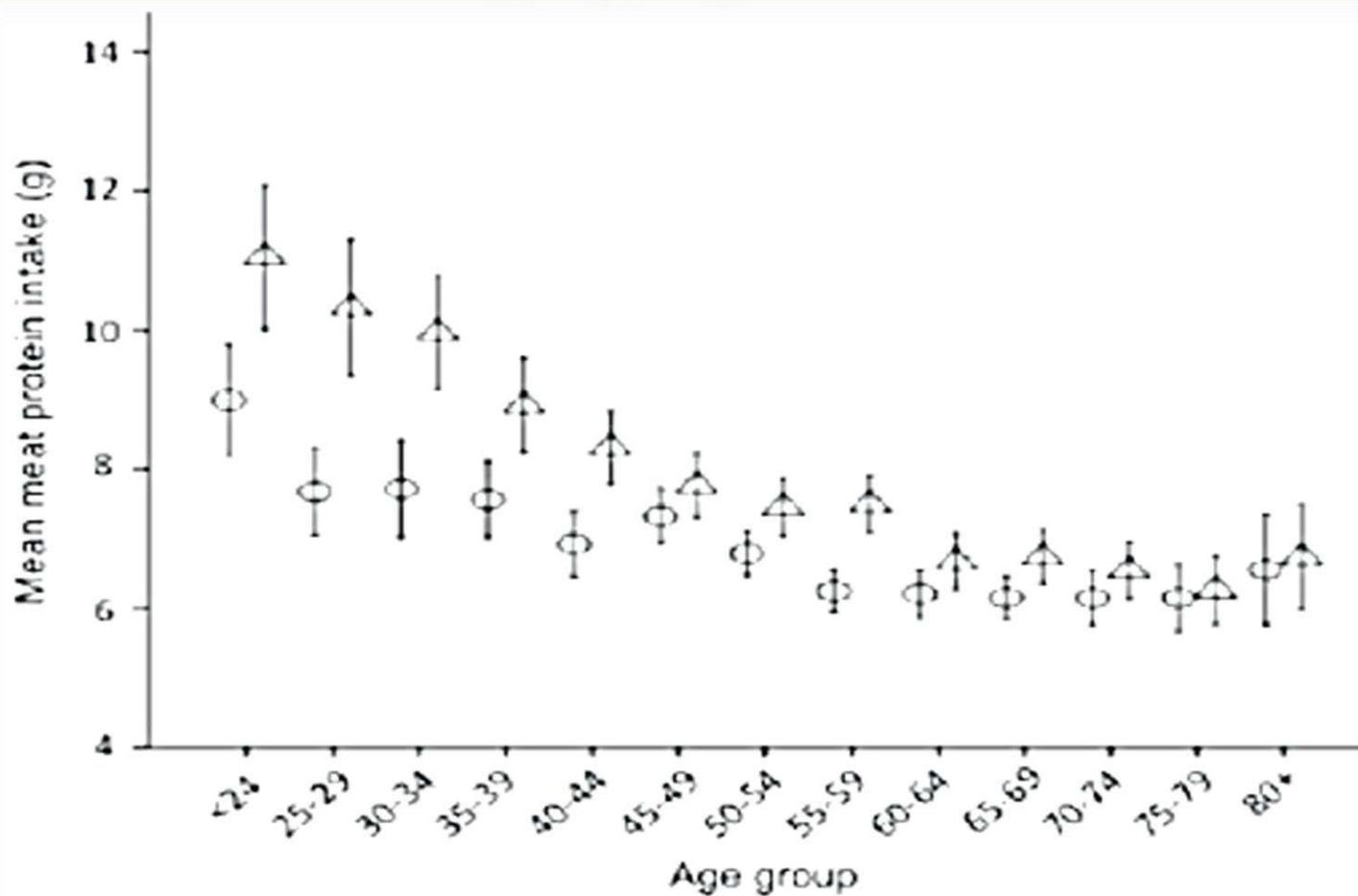


- Los humanos tenemos un requerimiento específico de proteína de calidad (WHO)
- **0.8g de proteína** de calidad por cada kilogramo de peso vivo en adultos
- Esto cambia por la edad y actividad, siendo mayor en infantes y en adultos mayores
- La calidad de la proteína depende principalmente de su perfil de **amino ácidos** y su **digestibilidad**

Los productos de origen animal nos aportan mucho más que solo proteína, son fuente de micronutrientes que influyen en el correcto funcionamiento del cuerpo, microbioma y del ser en general



Con la edad, normalmente se reduce el consumo de proteína, en hombres y mujeres

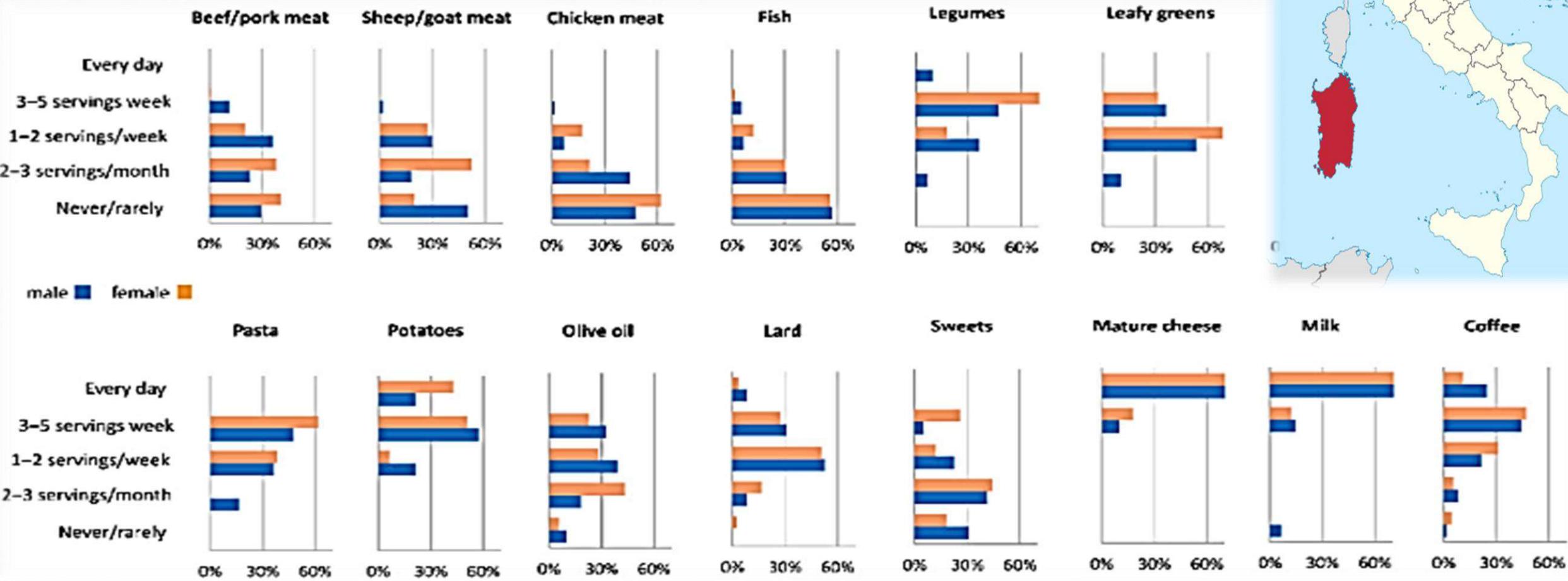


Ejemplo del consumo de proteína en una población Italiana, Landi *al.*, 2019



Estudio de la alimentación y salud en una Población de Cerdeña en adultos con más de 90 años de edad, el mito de la dieta mediterránea en una de las llamada Zona Azul de longevidad

Pobladores de Cerdeña, Pes et al., 2021



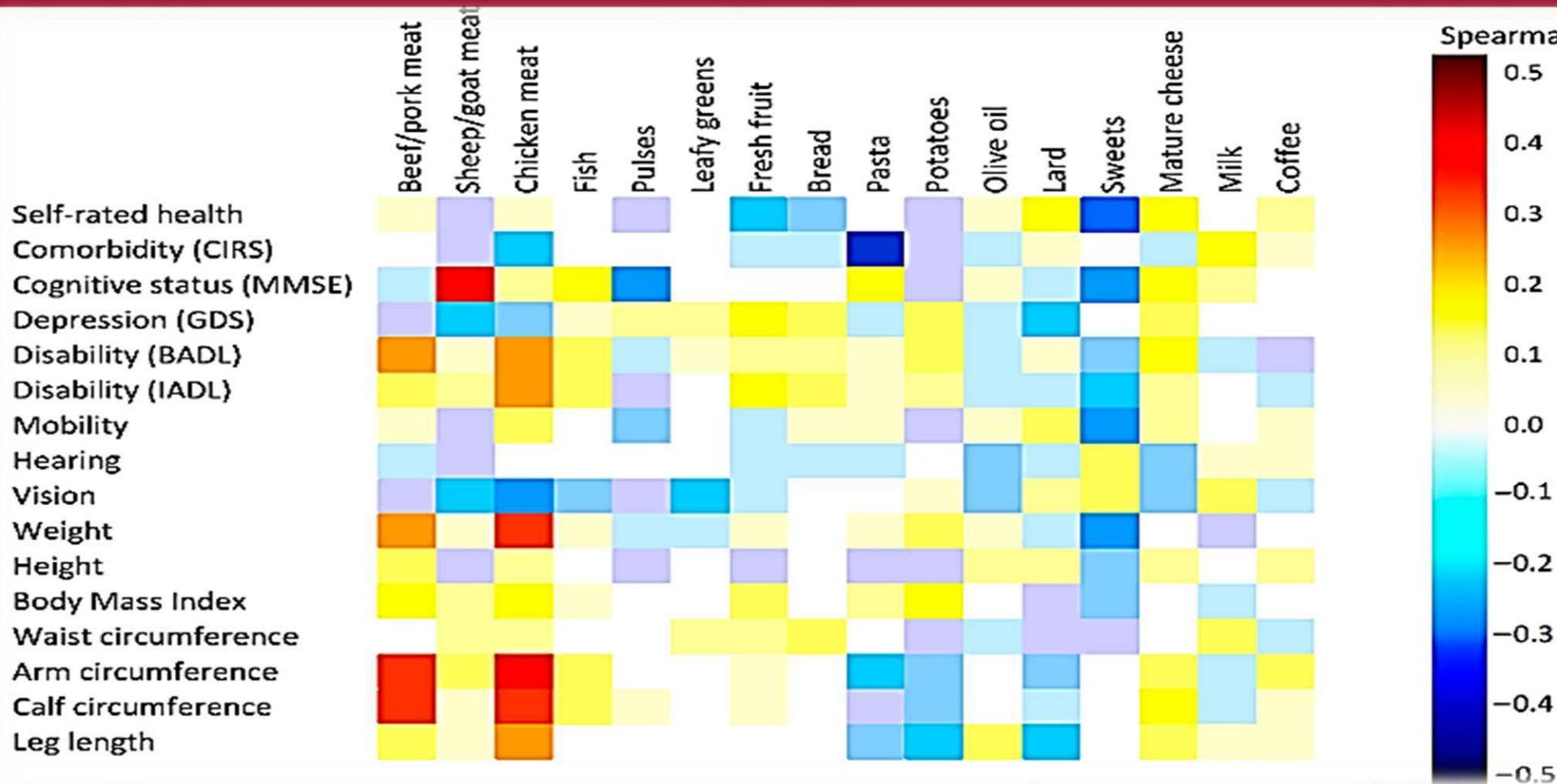


No solo es llegar a Viejo....

¿Cómo quieres llegar?



Asociaciones entre el consumo de alimentos y los indicadores de salud en la Población de mas de 90 años en Cerdeña.



Pobladores de Cerdeña, Pes et al., 2021



Pobladores de Cerdeña, Pes et al., 2021

Asociaciones entre el consumo de alimentos y los indicadores de salud en la Población de más de 90 años en Cerdeña.

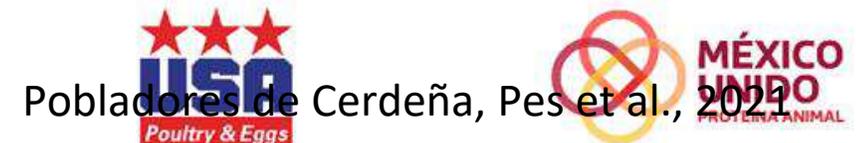


El estudio concluyó que **el consumo de carne se asoció con:**

- Menos enfermedades ($\rho = -0.230$, $p = 0.005$),
- Mejor estado afectivo ($\rho = -0.181$, $p = 0.032$),
- Mejor capacidad Física ($\rho = 0.162$, $p = 0.047$),
- Mayor circunferencia en los miembros y
- Mayor índice de Masa Corporal



Pobladores de Cerdeña, Pes et al., 2021



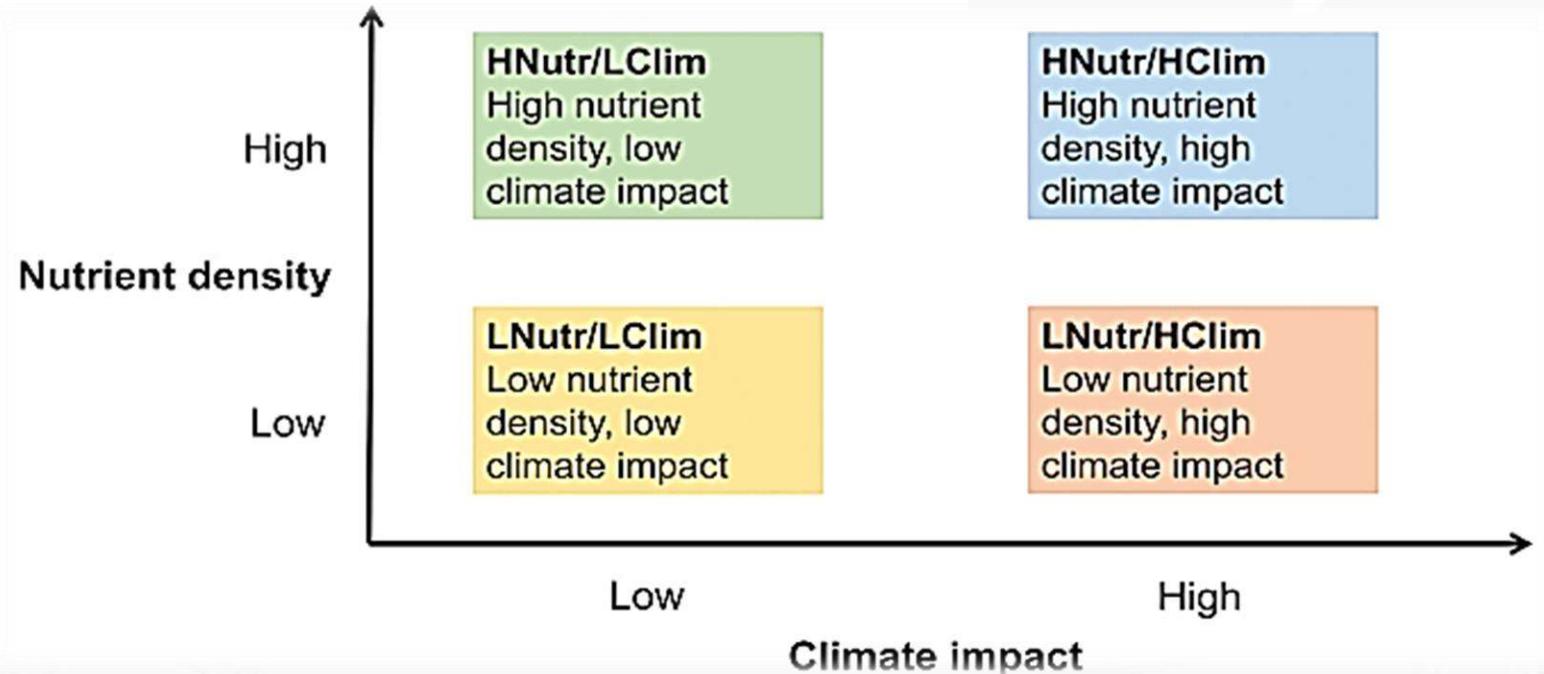
Diets benefiting health and climate relate to longevity in northern Sweden

Anna Strid,¹ Ingegerd Johansson,² Marta Bianchi,³ Ulf Sonesson,³ Elinor Hallström,³ Bernt Lindahl,⁴ and Anna Winkvist^{1,4}

¹Department of Internal Medicine and Clinical Nutrition, Sahlgrenska Academy, University of Gothenburg, Gothenburg, Sweden; ²Cariology, Department of Odontology, Umeå University, Umeå, Sweden; ³Department of Agriculture and Food, RISE Research Institutes of Sweden, Gothenburg & Lund, Sweden; and ⁴Sustainable Health, Department of Public Health and Clinical Medicine, Umeå University, Umeå, Sweden



Estudiaron a una Población Sueca por hasta 26 años
49,124 mujeres y 47,651 hombres entre 35–65 años de edad



Strid et al., 2021

Am J Clin Nutrition



Dietas que benefician la salud y el cambio climático, en relación con la longevidad en Suecia

FORO

EXITEC
2022



WOMEN

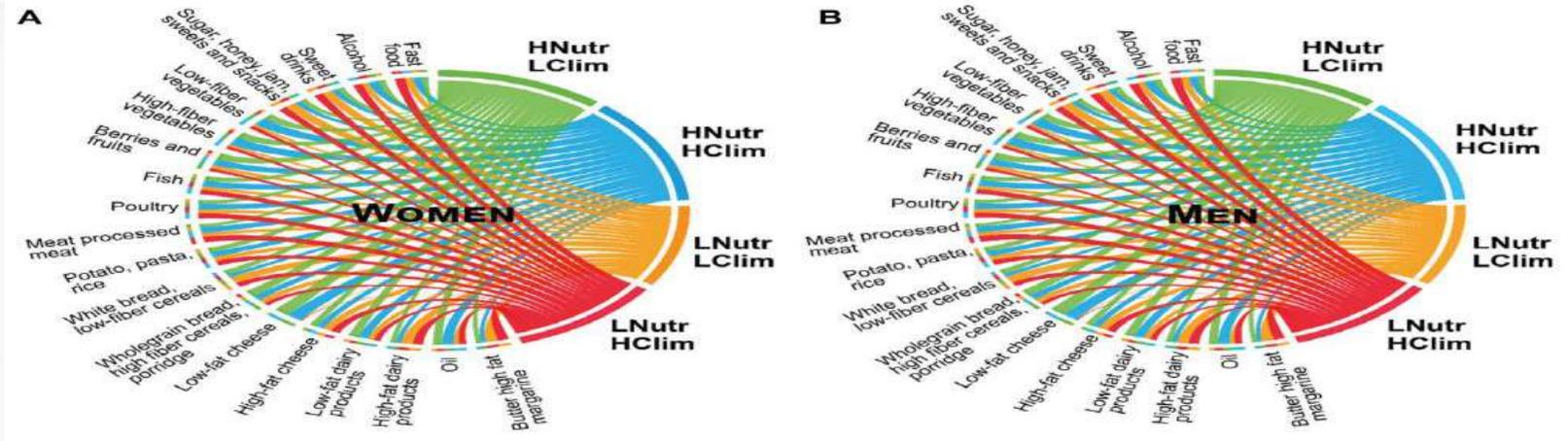
MEN

FOOD GROUPS (g/day)	WOMEN				MEN			
	HNutr/LClim (n=12 997)	HNutr/HCLim (n=11 566)	LNutr/LClim (n=11 564)	LNutr/HCLim (n=12 997)	HNutr/LClim (n=12 719)	HNutr/HCLim (n=11 108)	LNutr/LClim (n=11 105)	LNutr/HCLim (n=12 719)
Fast food (g/day)	16 (1;27)	20 (2;32)	18 (1;29)	25 (12;38)	33 (3;47)	41 (16;57)	36 (12;51)	47 (26;66)
Alcoholic drinks (g/day)	36 (3;81)	48 (17;101)	30 (2;77)	43 (4;102)	111 (47;199)	148 (73;252)	96 (33;187)	132 (58;242)
Sweet drinks (g/day)	35 (17;72)	31 (13;57)	55 (27;133)	46 (24;113)	57 (31;117)	54 (31;103)	89 (41;202)	78 (39;176)
Sugar, honey, jam, sweets and snacks	25 (16;36)	23 (15;33)	42 (27;61)	34 (22;50)	33 (21;50)	30 (19;44)	54 (33;83)	41 (26;63)
Low-fiber vegetables (g/day)	56 (28;97)	76 (42;123)	26 (10;48)	34 (15;59)	30 (13; 55)	39 (18;69)	11 (4;27)	14 (5;33)
High-fiber vegetables (g/day)	100 (49;175)	123 (66;207)	38 (16;75)	48 (21;86)	40 (17;81)	52 (23;97)	14 (6;34)	18 (7;42)
Berries and fruits (g/day)	259 (166;400)	253 (165;391)	145 (85;219)	136 (77;207)	157 (95;246)	145 (86;225)	81 (40;139)	68 (37;121)
Fish (g/day)	22 (14;31)	31 (21;44)	18 (11;27)	26 (16;38)	24 (15;34)	34 (22;49)	18 (10;28)	27 (15;41)
Poultry (g/day)	13 (9;18)	21 (15;32)	12 (7;17)	20 (13;30)	15 (10;21)	23 (16;36)	14 (8;20)	23 (14;35)
Red meat, processed meat (g/day)	60 (46;74)	104 (84;129)	62 (48;77)	109 (87;138)	78 (60;97)	135 (109;168)	80 (61;100)	142 (112;183)
Potato, pasta, rice	239 (174;318)	229 (163;306)	216 (157;285)	220 (158;289)	263 (190;352)	278 (206;360)	225 (160;302)	253 (182; 333)
White bread, low-fiber cereals	27 (13;47)	19 (10;34)	43 (23;67)	28 (14;48)	43 (22;69)	31 (16;52)	56 (32;89)	39 (21;63)
Wholegrain bread, high-fiber cereals, porridge	141 (94;211)	112 (76;165)	102 (63;160)	82 (48;125)	155 (106;231)	121 (82;175)	102 (61;158)	78 (44;121)
Low-fat cheese	2 (0;14)	2 (0;11)	0 (0;6)	0 (0;4)	2 (0;10)	2 (0;9)	1 (0;5)	0 (0;4)
High-fat cheese	8 (2;19)	8 (2;18)	13 (3;22)	13 (4;22)	11 (2;22)	11 (3; 22)	12 (3;22)	13 (4;24)
Low-fat dairy products	292 (160;465)	325 (180;514)	203 (52;366)	218 (65;406)	338 (184;568)	353 (190;598)	212 (42;411)	220 (48;429)
High-fat dairy products	56 (19;177)	49 (13;158)	144 (43;276)	136 (44;286)	79 (32;239)	73 (31;219)	152 (45;337)	137 (47;335)
Oil (g/day)	6 (2;14)	7 (3;14)	4 (1;10)	5 (1;11)	7 (2;17)	9 (3;19)	4 (0;12)	6 (2;15)
Butter, high-fat margarine (g/day)	3 (0;15)	3 (0;13)	17 (3;26)	15 (3;25)	13 (1;30)	11 (1;26)	31 (16;45)	28 (13;42)

Strid et al., 2021
Am J Clin
Nutrition



Dietas que benefician la salud y el cambio climático, en relación con la longevidad en Suecia



Strid et al., 2021
Am J Clin Nutrition

Hombres con **dieta baja calidad y menor impacto climático 10% más riesgo de morir** vs. hombres con baja calidad de dieta y alto impacto climático (menos carne roja 80 vs 142g/d y menos pollo 14 vs 23g/d). El riesgo se duplicó (20%) en hombres de 45 a 54 años de edad.

Mujeres de entre 35 y 44 años de edad el riesgo de muerte fue mucho mayor (50%) en mujeres con baja calidad de dieta y bajo impacto climático (menos carne roja 62 vs 109g/d y menos pollo 12 vs 20g/d)



Análisis del consumo de carne y mortalidad en 5,763 pacientes con Colitis Crónica



Pacientes con seguimiento de 12 años, con 590 muertes

El mayor consumo de carne procesada se asoció con mayor mortalidad (4 contra menos de 1 vez por semana) resultó en un riesgo 50% mayor de muerte

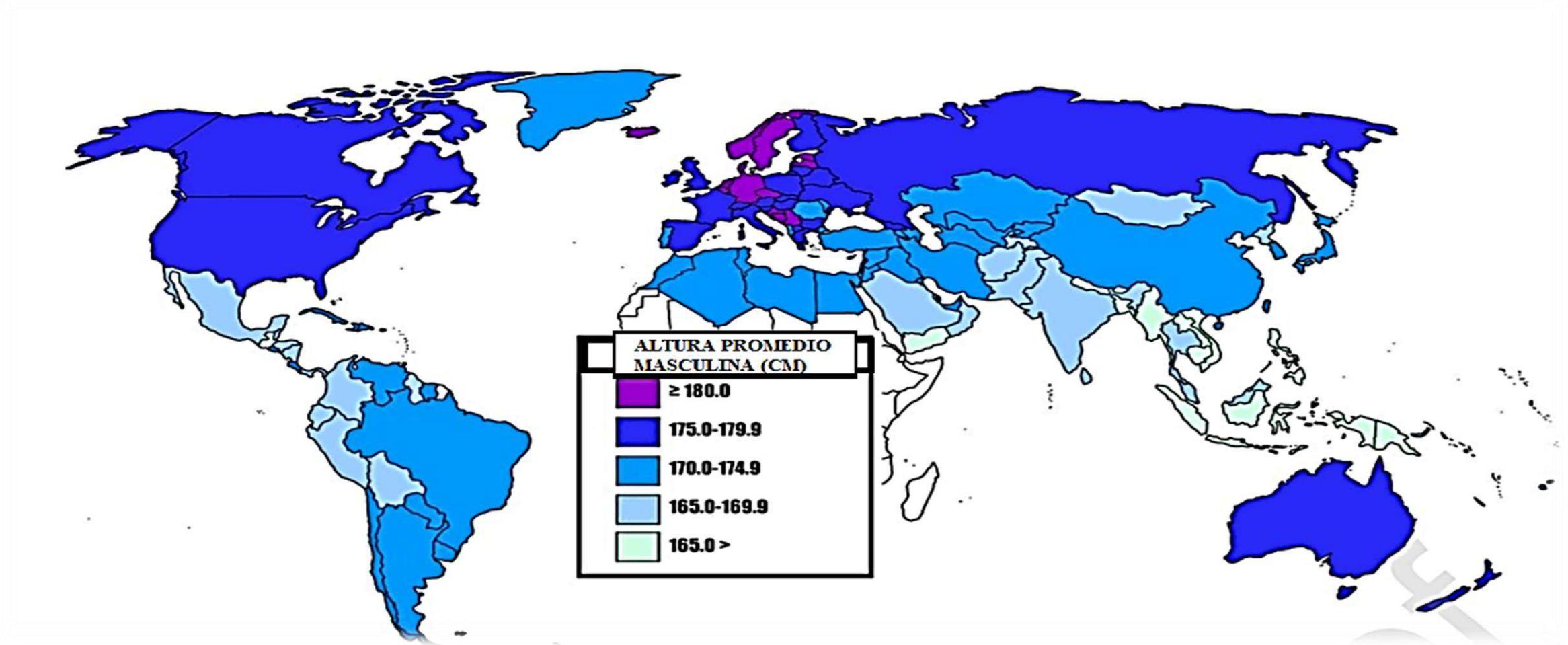
Sin embargo, el consumo de pescado, pollo o carnes rojas no se asoció con mayor mortalidad en pacientes con IBD (inflamación crónica de intestino y colón)

Esto fue consistente independientemente de edad, sexo, historial de fumador, bebedor, nivel de estudios y actividad física

Chen et al., 2022 eClinical Medicine

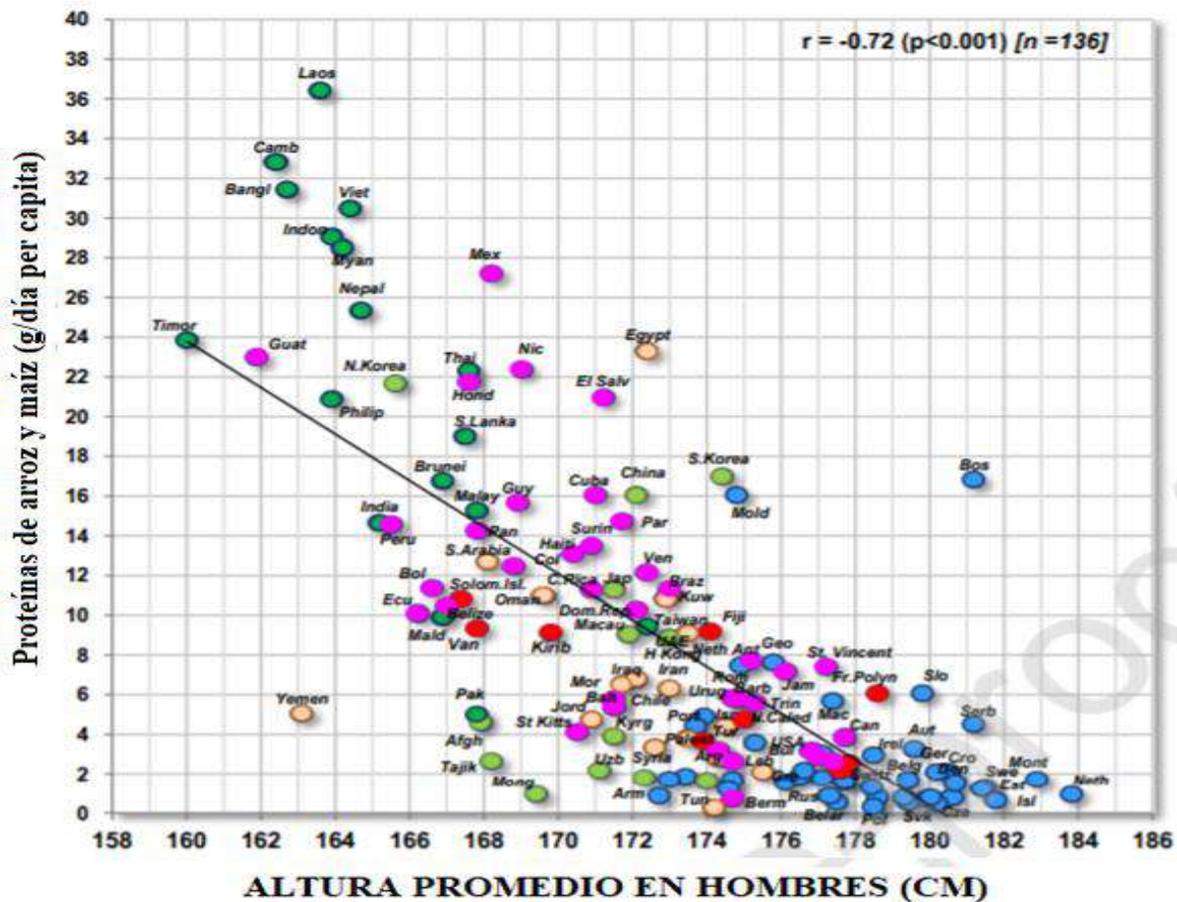


Predictores nutricionales y socioeconómicos de la estatura adulta en 152 poblaciones mundiales. Grasgruber y Hrazdírka 2020

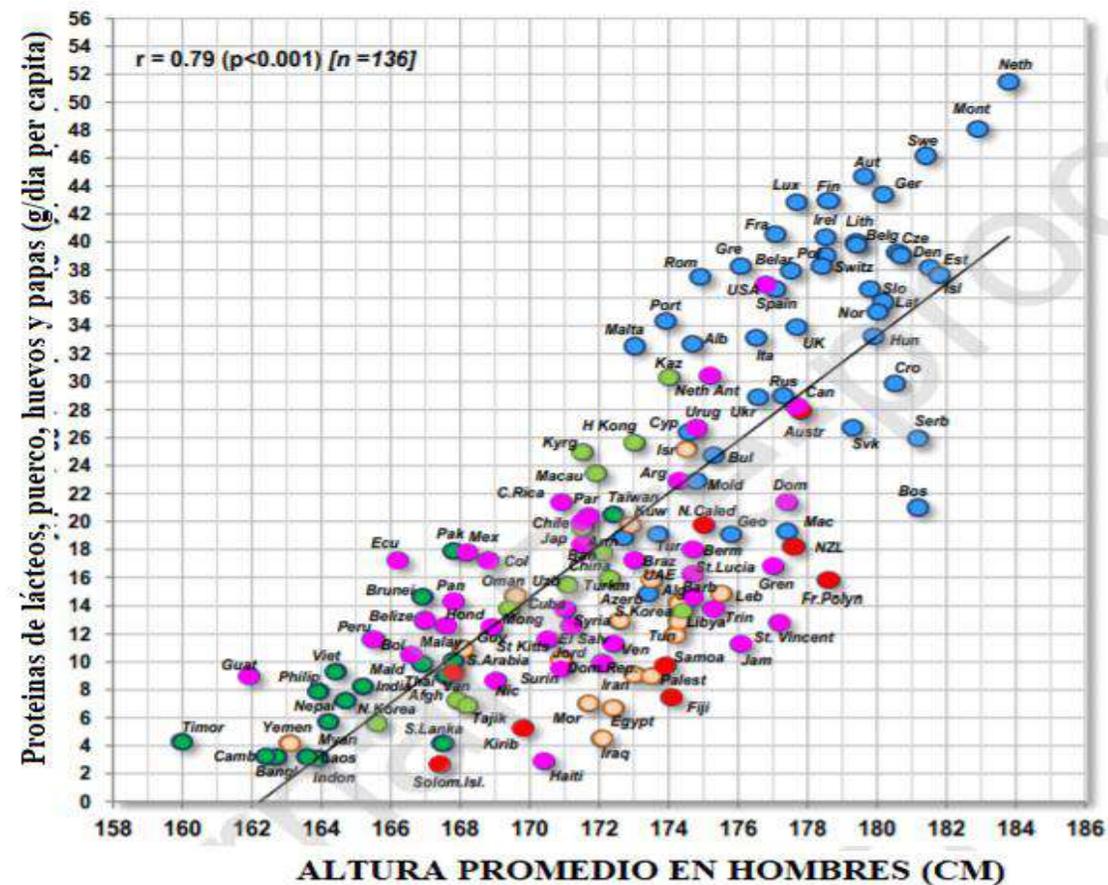


- Distribución de la estatura masculina promedio en 152 poblaciones

Predictores nutricionales y socioeconómicos de la estatura adulta en 152 poblaciones mundiales. Grasgruber y Hrazdírka 2020



● Europa ○ África del Norte y Este ● Asia Templada ● Asia Tropical ● Oceanía ● América



● Europa ○ África del Norte y Este ● Asia Templada ● Asia Tropical ● Oceanía ● América

El mejor predictor independiente de altura fue el consumo de lácteos y carne de cerdo

El predictor inverso fueron el alto consumo de maíz y arroz

Consumo total de carne y expectativa de vida en 175 países



	Meat Intake
Meat Intake	1
Life $e_{(0)}$	0.765***
Life $e_{(5)}$	0.740***
Child mortality	-0.777***
CHO crops	-0.163*
Calories	0.669***
GDP PPP	0.776***
URBAN	0.582***
BMI 30 kg/m ²	0.617***

Analizaron datos de sobrevivencia, mortalidad al nacimiento y a los 5 años, longevidad, consumo de carne de carbohidratos y calorías, ingreso doméstico bruto y per cápita, urbanización, urbanización, índice de obesidad

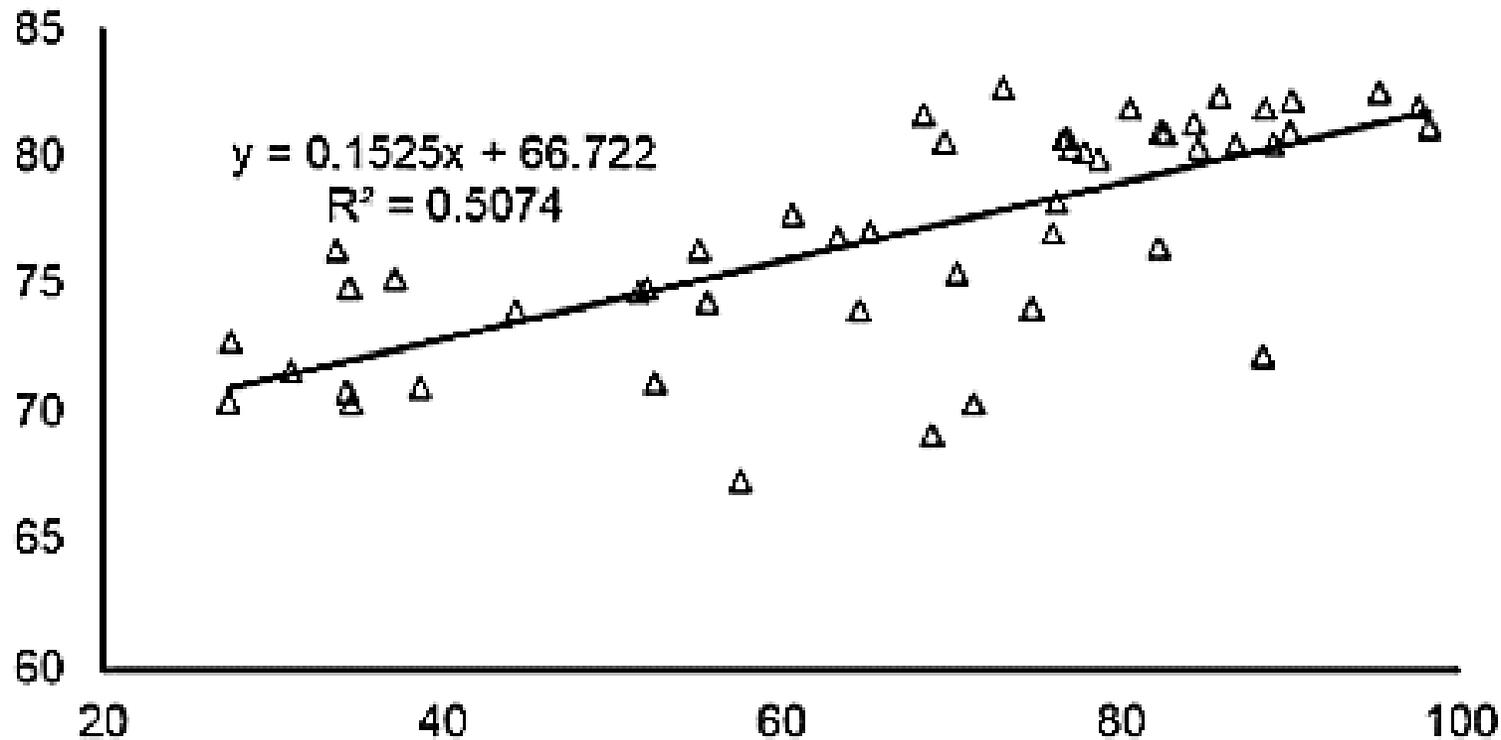
You et al., 2022 I.J. General Medicine



Consumo total de carne y expectativa de vida en 175 países



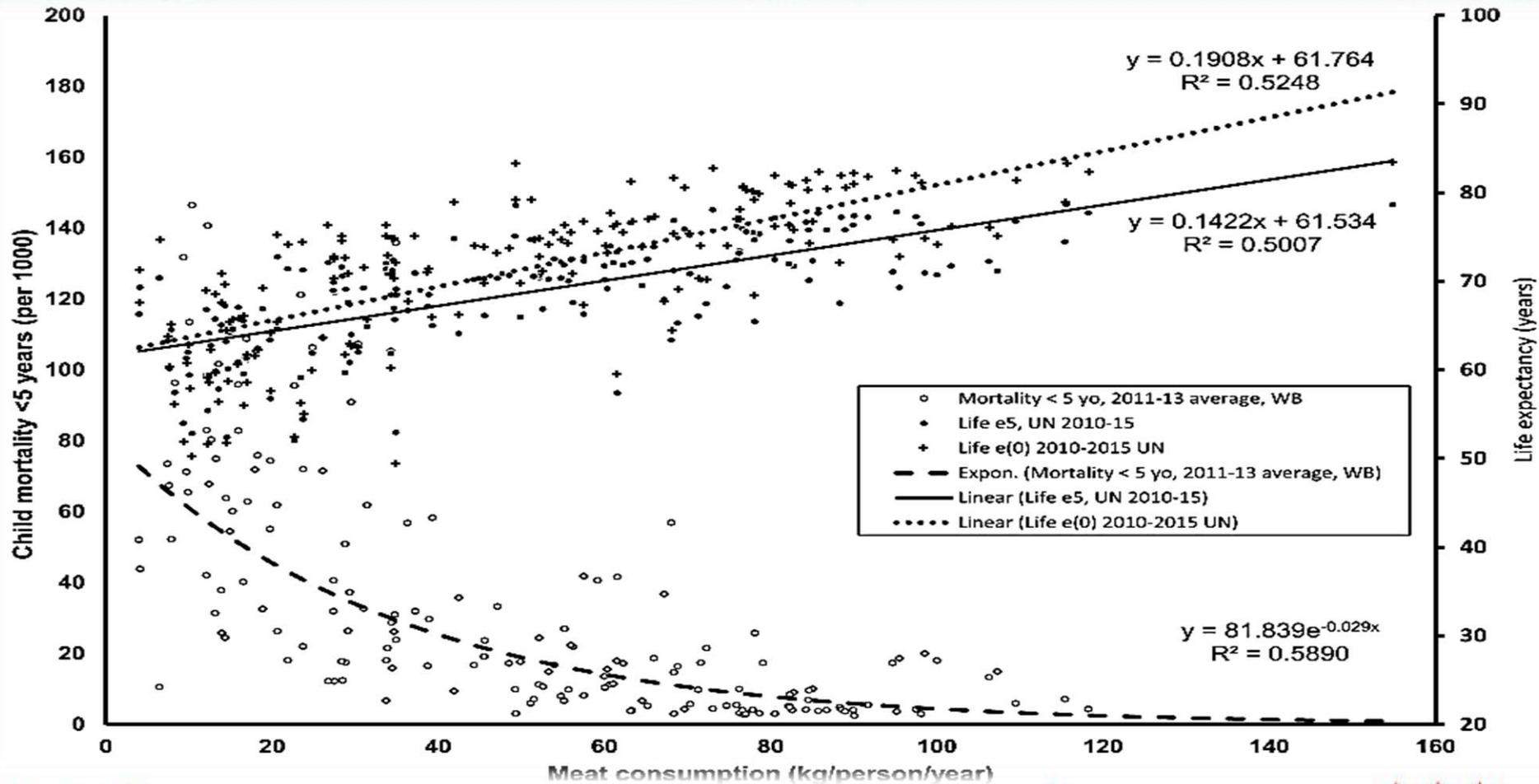
Total meat intake and Life expectancy at birth in WHO Europe



*You et al., 2022
I.J. General Medicine*



Consumo total de carne y expectativa de vida en 175 países



*You et al., 2022
I.J. General Medicine*



Agradecimiento





El fundamento de **la salud humana** es una **nutrición de calidad** a partir de una dieta variada y balanceada.

La **Carne de Cerdo** es clave fundamental de la nutrición, de la cultura mexicana, por ende, de **nuestra salud**.



¡Sean muy Felices!

