



LA CARNE EN LAS NUEVAS GUÍAS ALIMENTARIAS DE EEUU

INTERNATIONAL CENTER FOR FOOD INDUSTRY EXCELLENCE
Texas Tech University

Email: nelson.huerta@ttu.edu

El ganado en la evolución de panoramas alimentarios y del pensamiento (Leroy, Hite & Gregorini 2020)



Con la matanza de animales ahora oculta o abstraída, el público posdoméstico y urbanizado queda en un estado de desconexión y cuasi-negación (Rothgerber, 2019).

Alimentos de origen animal: desritualizados y desmitificados (Bulliet, 2005),

Descripciones cada vez más peyorativas

Zoofágo ('comedor de animales') a

Sarcófago ('comedor de carne')

Necrófago ("devorador de cadáveres").

Animales antropomorfizados en la cultura popular. Alrededor de dos tercios de los hogares estadounidenses ahora tienen mascotas y gastan más de sesenta mil millones de dólares al año en su cuidado. (Christakis, 2019)

Cuando la carne se ve como un "cadáver" y la muerte como una "esencia contaminante", el resultado es la incomodidad física y el disgusto (Testoni et al., 2017).

La Dieta Eat Lancet

La Comisión EAT-Lancet

Copresidida por el Prof. Walter Willett y el Prof. Johan Rockström, la Comisión EAT-Lancet ha reunido a 19 Comisarios y 18 coautores de 16 países en diversos campos como la salud humana, la agricultura, la ciencia política y sostenibilidad ambiental.



Prof. Walter Willett MD

Escuela de Salud Pública T.H. Chan de la Universidad de Harvard, Facultad de Medicina de Harvard y División Channing de Medicina en Red del Brigham and Women's Hospital



Prof. Johan Rockström PhD

Instituto Potsdam para la Investigación del Cambio Climático y Stockholm Resilience Center

Promete salvar vidas y alimentar a 10.000 millones de personas sin causar daños catastróficos al planeta.

Los medios la han bautizado como "**la dieta de salud planetaria**" y se trata de una nueva propuesta para proteger a la Tierra de un grupo de más de 30 científicos de distintas áreas provenientes de 16 países del mundo, publicada en la prestigiosa revista especializada *The Lancet*.

La Dieta Eat Lancet

La Comisión EAT-Lancet

Copresidida por el Prof. Walter Willett y el Prof. Johan Rockström, la Comisión EAT-Lancet ha reunido a 19 Comisarios y 18 coautores de 16 países en diversos campos como la salud humana, la agricultura, la ciencia política y sostenibilidad ambiental.



Prof. Walter Willett MD
Escuela de Salud Pública T.H. Chan de la Universidad de Harvard, Facultad de Medicina de Harvard y División Channing de Medicina en Red del Brigham and Women's Hospital



Prof. Johan Rockström PhD
Instituto Potsdam para la Investigación del Cambio Climático y Stockholm Resilience Center



NACIONES UNIDAS

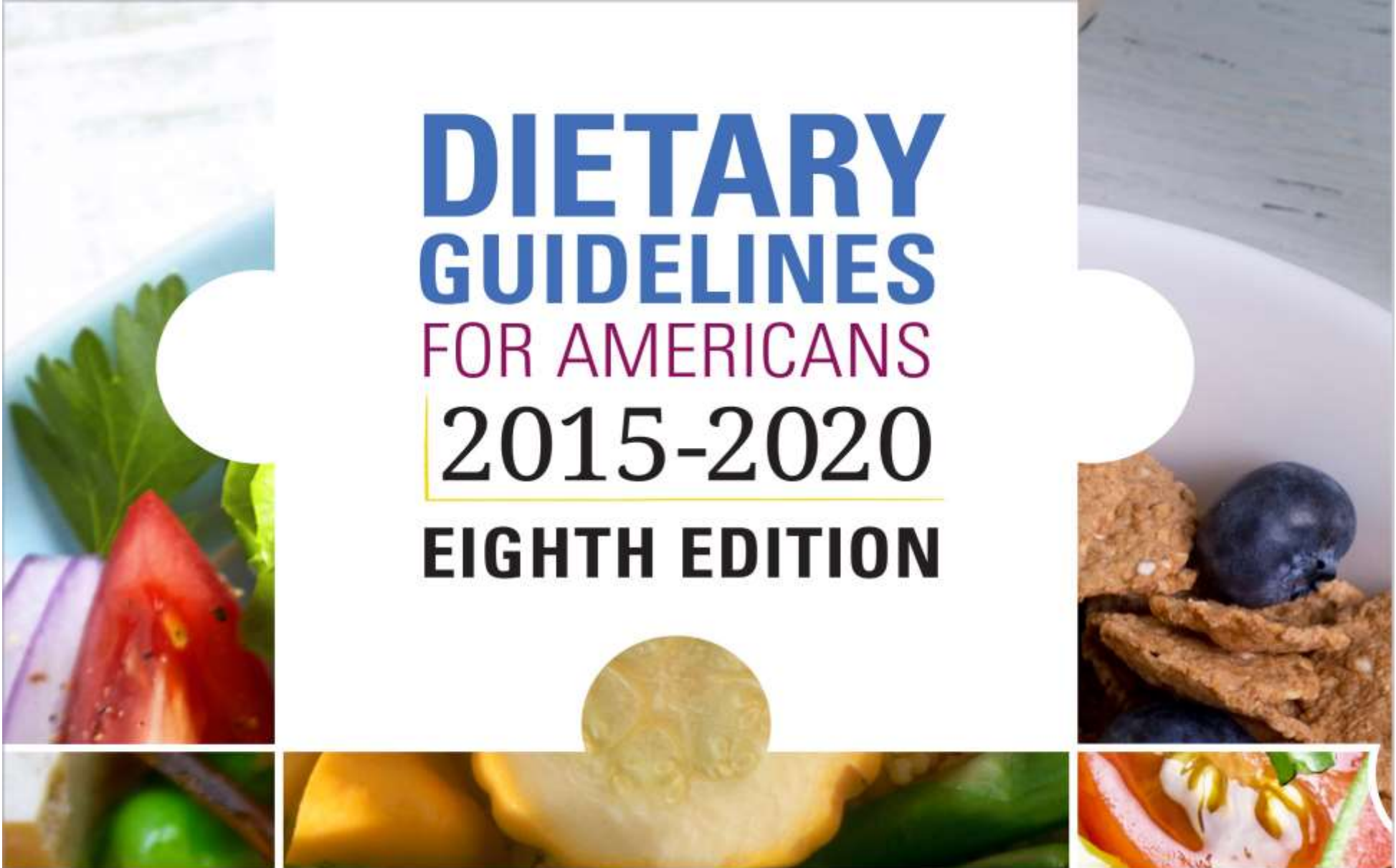


WORLD
RESOURCES
INSTITUTE

World Resources
Institute



La dieta EAT-Lancet cuenta con patrocinadores en posiciones destacadas, como el **Consejo Empresarial Mundial para el Desarrollo Sostenible** (WBCSD, 2020a), las **Naciones Unidas** (por ejemplo, Un News, 2019) y el **Foro Económico Mundial** (WEF; por ejemplo, Whiting, 2019). La red **EAT** apoya a las multinacionales alimentarias que muestran un interés particular en el mercado vegano y 'basado en plantas'



DIETARY GUIDELINES FOR AMERICANS 2015-2020 EIGHTH EDITION

LA CARNE, ALIMENTO ESENCIAL PARA LA SALUD



Alerta: ¡Es un engaño!

2020-2025 Dietary Guidelines for Americans Recommendations

A graphic with a dark blue background. On the left is a circular plate divided into four quadrants: top-left (red) with a pear icon and the word 'Fruits'; top-right (yellow) with a wheat stalk icon and the word 'Grains'; bottom-left (blue) with a pea pod icon and the word 'Legumes'; bottom-right (green) with a carrot icon and the word 'Vegetables'. To the right of the plate, the text reads 'Physicians Committee Dietary Guidelines Recommendations'. Below this, there is a list of recommendations: a green checkmark followed by 'Plant-Based Diets', a red 'X' followed by 'Low-Carb Diets', a red 'X' followed by 'Dairy', and a red 'X' followed by 'Processed Meat'.

Physicians Committee
**Dietary Guidelines
Recommendations**

- ✓ Plant-Based Diets
- ✗ Low-Carb Diets
- ✗ Dairy
- ✗ Processed Meat

Recomendaciones NutriRECS

Annals of Internal Medicine®

Search Anywhere

LATEST ISSUES IN THE CLINIC JOURNAL CLUB MULTIMEDIA CME / MOC AUTHORS / SUBMIT

Clinical Guidelines | 19 November 2019

Unprocessed Red Meat and Processed Meat Consumption: Dietary Guideline Recommendations From the Nutritional Recommendations (NutriRECS) Consortium

FREE

Bradley C. Johnston, PhD , Dena Zeraatkar, MSc, Mi Ah Han, PhD, Robin W.M. Vernooij, PhD, ... [View all authors +](#)

[Author, Article and Disclosure Information](#)

<https://doi.org/10.7326/M19-1621>

Eligible for CME Point-of-Care

CME/MOC

 Sections



Abstract



PDF



Tools



Share

LA CARNE, ALIMENTO ESENCIAL PARA LA SALUD



NutriRECS

Revista *Annals of Internal Medicine*,

- Si mil personas eliminaran tres porciones de carne roja o procesada a la semana (de por vida), habría siete muertes menos por cáncer
- En 11 años, habría cuatro muertes menos por enfermedades coronarias
- Y si cada semana, durante 11 años, mil personas eliminan tres porciones de carne roja, habría seis casos menos de diabetes tipo 2
- Y si fueran de carne procesada, habría 12 casos menos de diabetes tipo 2
- Los riesgos que reporta el estudio son, en líneas generales, **los mismos que se han reportado antes**, pero la interpretación de los que significan es radicalmente diferente.

Los investigadores dicen que:
"los riesgos no son tan grandes como dicen"

La evidencia es tan pobre, que no se puede estar seguro de que los riesgos son reales

"La elección correcta para la mayoría de la gente, pero no para todos, es **continuar con su consumo de carne**"

The True Health Initiative Initiative VS NutriRECS

Medical News & Perspectives

Backlash Over Meat Dietary Recommendations Raises Questions About Corporate Ties to Nutrition Scientists

Rita Rubin, MA

It's almost unheard of for medical journals to get blowback for studies before the data are published. But that's what happened to the *Annals of Internal Medicine* last fall as editors were about to post several studies showing that the evidence linking red meat consumption with cardiovascular disease and cancer is too weak to recommend that adults eat less of it.

Annals Editor-in-Chief Christine Laine, MD, MPH, saw her inbox flooded with roughly 2000 emails—most bore the same message, apparently generated by a bot—in a half hour. Laine's inbox had to be shut down, she said. Not only was the volume unprecedented in her decade at the helm of the respected journal, the tone of the emails was particularly caustic.

"We've published a lot on firearm injury prevention," Laine said. "The response from the NRA (National Rifle Association) was less vitriolic than the response from the True Health Initiative."



Reevaluación y propuesta



JACC

JOURNAL OF THE AMERICAN COLLEGE OF CARDIOLOGY

[ACC.org](#) | [Guidelines](#)

-- All Journals --



JACC Journals

Issues

Topics

Multimedia

Guidelines

Journal of the American College of Cardiology
Volume 76, Issue 7, August 2020
DOI: 10.1016/j.jacc.2020.05.077

[PDF Article](#)

JACC STATE-OF-THE-ART REVIEW

Saturated Fats and Health: A Reassessment and Proposal for Food-Based Recommendations

JACC State-of-the-Art Review

Arne Astrup, Faidon Magkos, Dennis M. Bier, J. Thomas Brenna, Marcia C. de Oliveira Otto, James O. Hill, Janet C. King, Andrew Mente, Jose M. Ordovas, Jeff S. Volek, Salim Yusuf and Ronald M. Krauss

Reevaluación y propuesta

- **Journal of the American College of Cardiology**
- Volume 76, Issue 7, August 2020
- **Saturated Fats and Health: A Reassessment and Proposal for Food-Based Recommendations**
- JACC State-of-the-Art Review
- Arne Astrup, Faidon Magkos, Dennis M. Bier, J. Thomas Brenna, Marcia C. de Oliveira Otto, James O. Hill, Janet C. King, Andrew Mente, Jose M. Ordovas, Jeff S. Volek, Salim Yusuf and Ronald M. Krauss

Las Guías Alimentarias de EE. UU. recomiendan la restricción de la ingesta de AGS a <10% de las calorías para reducir las ECV.

- Diferentes AGS tienen diferentes efectos biológicos, que se modifican aún más por la matriz alimentaria y el contenido de carbohidratos de la dieta.
- Varios alimentos relativamente ricos en AGS, como los lácteos enteros, el chocolate amargo y la carne sin procesar, no están asociados con un mayor riesgo de enfermedad cardiovascular o diabetes.
- **No hay evidencia sólida de que los límites superiores arbitrarios actuales para toda la población, sobre el consumo de grasas saturadas en los Estados Unidos prevengan las enfermedades cardiovasculares o reduzcan la mortalidad.**

The 2020-2025 Dietary Guidelines for Americans development process is under way

Public Participation Opportunities and the Dietary Guidelines Advisory Committee

The 2020 Dietary Guidelines Advisory Committee's role is to provide independent, science-based advice and recommendations to be considered by the U.S. Departments of Agriculture (USDA) and Health and Human Services (HHS) as the Departments develop the *2020-2025 Dietary Guidelines for Americans*.

USDA and HHS are committed to ensuring multiple opportunities for public participation before, throughout, and after the Committee's review of the evidence.

2020 Dietary Guidelines Advisory Committee Timeline*

Informe Científico del Comité de expertos al USDA y Ministerio de de Salud y Servicios Humanos sobre las nuevas directrices dietarias para 2020-2025



Scientific Report of the 2020 Dietary Guidelines Advisory Committee

Advisory Report to the Secretary of Agriculture and Secretary of Health and Human Services
First Print: July 2020

This is the first print of the Scientific Report of the 2020 Dietary Guidelines Advisory Committee and is being provided to the public online. The report will be formatted for publication and available in hard copy later this year. Online-only supplementary materials for data analysis, food pattern modeling, and NESR systematic reviews can be found through DietaryGuidelines.gov.



Suggested citation: Dietary Guidelines Advisory Committee. 2020. *Scientific Report of the 2020 Dietary Guidelines Advisory Committee: Advisory Report to the Secretary of Agriculture and the Secretary of Health and Human Services*. U.S. Department of Agriculture, Agricultural Research Service, Washington, DC.

¿Qué dice la ciencia?

RELACIÓN ENTRE TIPOS DE GRASAS ALIMENTARIAS Y LÍPIDOS SANGUÍNEOS EN ADULTOS

Consumo de grasas **Saturadas**

Efectos predominantemente **NULOS**

Consumo de **Mono insaturadas**

Efectos predominantemente **NULOS**

Consumo de **Polinsaturadas**

Efectos **NULOS** la vasta mayoría.

Reemplazo de **Saturadas por Mono insaturadas**

En >50% de los artículos, efectos beneficiosos sobre colesterol total y LDL
Efectos predominantemente nulos sobre HDL y Triglicéridos

Reemplazo de **Saturadas por Poli-insaturadas**

En >50% de los artículos efectos beneficiosos sobre el LDL.
Efectos predominantemente **NULOS** sobre HDL y Triglicéridos

Reemplazo de **Mono insaturadas por Poliinsaturadas**

Efectos predominantemente **NULOS**

Consumo de **Colesterol**

Efectos predominantemente **NULOS** (Pocos artículos). No fue posible aislar el efecto independiente del colesterol dietario.

Fuente: Informe científico del Comité Asesor de Guías Alimentarias de 2020



¿Qué dice la ciencia?

RELACIÓN ENTRE TIPOS DE GRASAS ALIMENTARIAS Y ENFERMEDAD CARDIOVASCULAR (ECV) O DE CORONARIAS (CC) EN ADULTOS

Reemplazo. Saturadas por Poli-insaturadas

Riesgo **significativamente menor** de **mortalidad** por ECV o CC **o asociaciones nulas**.
En insuficiencia cardíacas o accidente cerebro-vascular, resultados **nulos**

Reemplazo. Saturadas por mono-insaturadas

Asociaciones predominantemente **nulas**. En insuficiencia cardíacas o accidente cerebro-vascular resultados **nulos**

Reemplazo. Saturadas por carbohidratos

Efectos **predominantemente nulos** (no distinguieron entre CHO simples y complejos)

Ingesta de PI Omega-3

Asociaciones **predominantemente nulas** (o benéficas, de fuentes marinas).

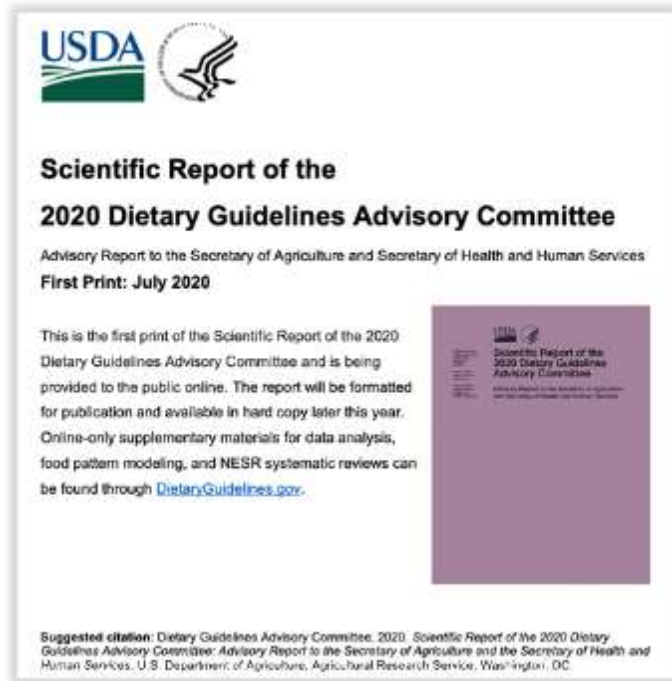
Consumo de Colesterol

Pocos artículos. Efectos inconsistentes (Pocos artículos). Debido a la coexistencia de colesterol en la dieta y grasas saturadas en los alimentos de origen animal, es un desafío desenredar las asociaciones independientes entre el colesterol en la dieta y los resultados finales de las ECV en estos estudios observacionales. **No fue posible aislar el efecto independiente del colesterol dietario.**

Fuente: Informe científico del Comité Asesor de Guías Alimentarias de 2020



Qué podemos esperar de las nuevas directrices dietarias del USDA 2020-2025



“El cambio recomendado de grasas saturadas a insaturadas ocurre mejor en el contexto de un patrón dietético saludable que consiste en una mayor ingesta de verduras, frutas, legumbres, cereales integrales, nueces y semillas, con algunos aceites vegetales, lácteos bajos en grasa, carnes magras y aves y pescados grasos y **menor ingesta de carnes rojas y procesadas**, alimentos y bebidas endulzados con azúcar y granos refinados”.



Jeremy Pearson, director médico de la **Fundación Británica del Corazón**,

“Comer bien significa tratar tu dieta **como un todo**, en vez de **centrarse demasiado en alimentos específicos**. La carne roja y los productos lácteos grasos pueden contribuir a una dieta sana y equilibrada, siempre y cuando sean ingeridos con moderación”