



Organización de las Naciones
Unidas para la Alimentación
y la Agricultura



Alimentos de origen animal para una Mejor Nutrición

Daniela Godoy, Oficial principal de políticas de Seguridad alimentaria y nutrición

Parte 1

Panorama regional de la inseguridad alimentaria y malnutrición

Parte 2

Dietas Saludables
Alimentos de origen animal

Parte 3

Efectos del consumo de alimentos de origen animal

Parte 4

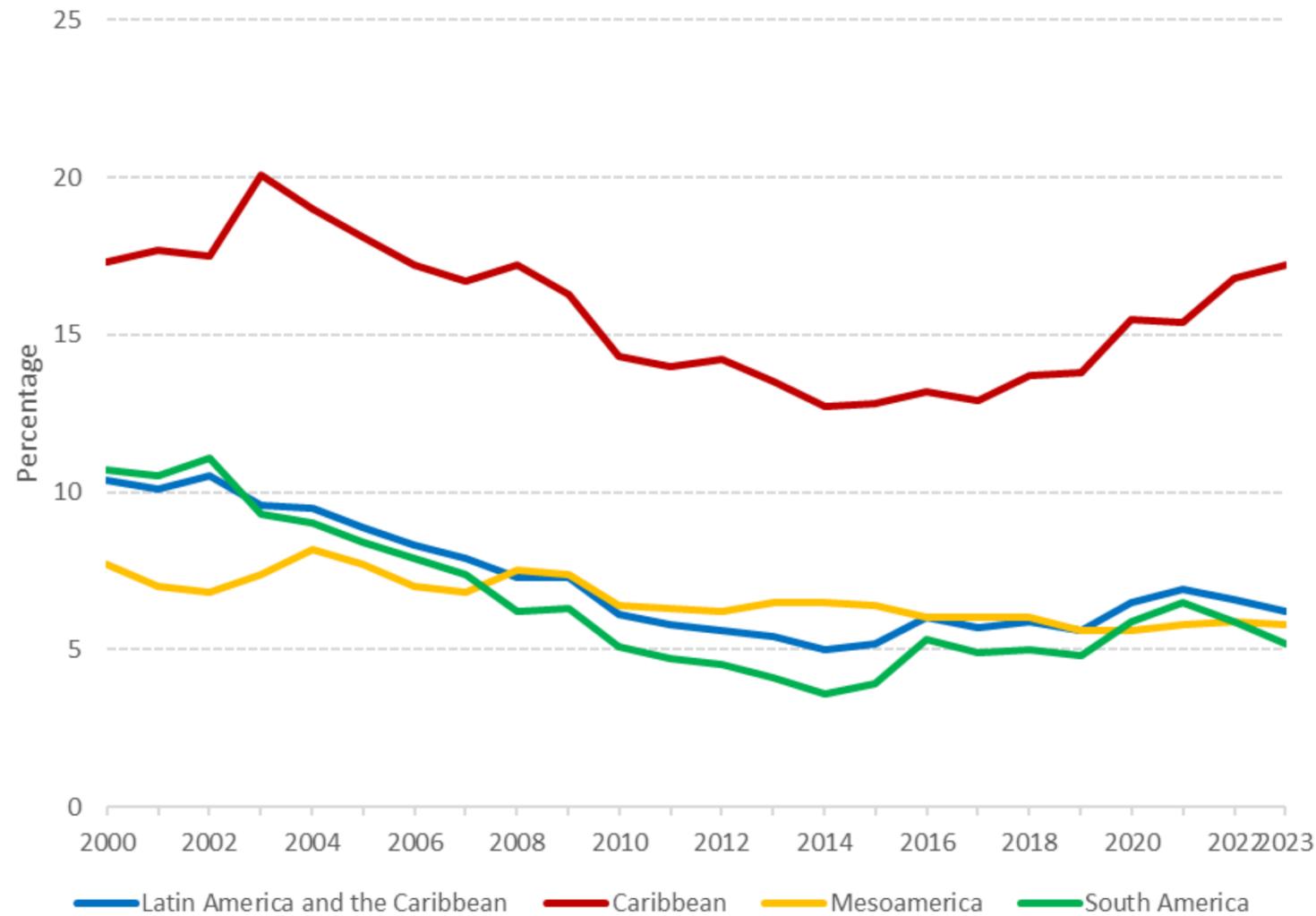
Conclusiones

Parte 5

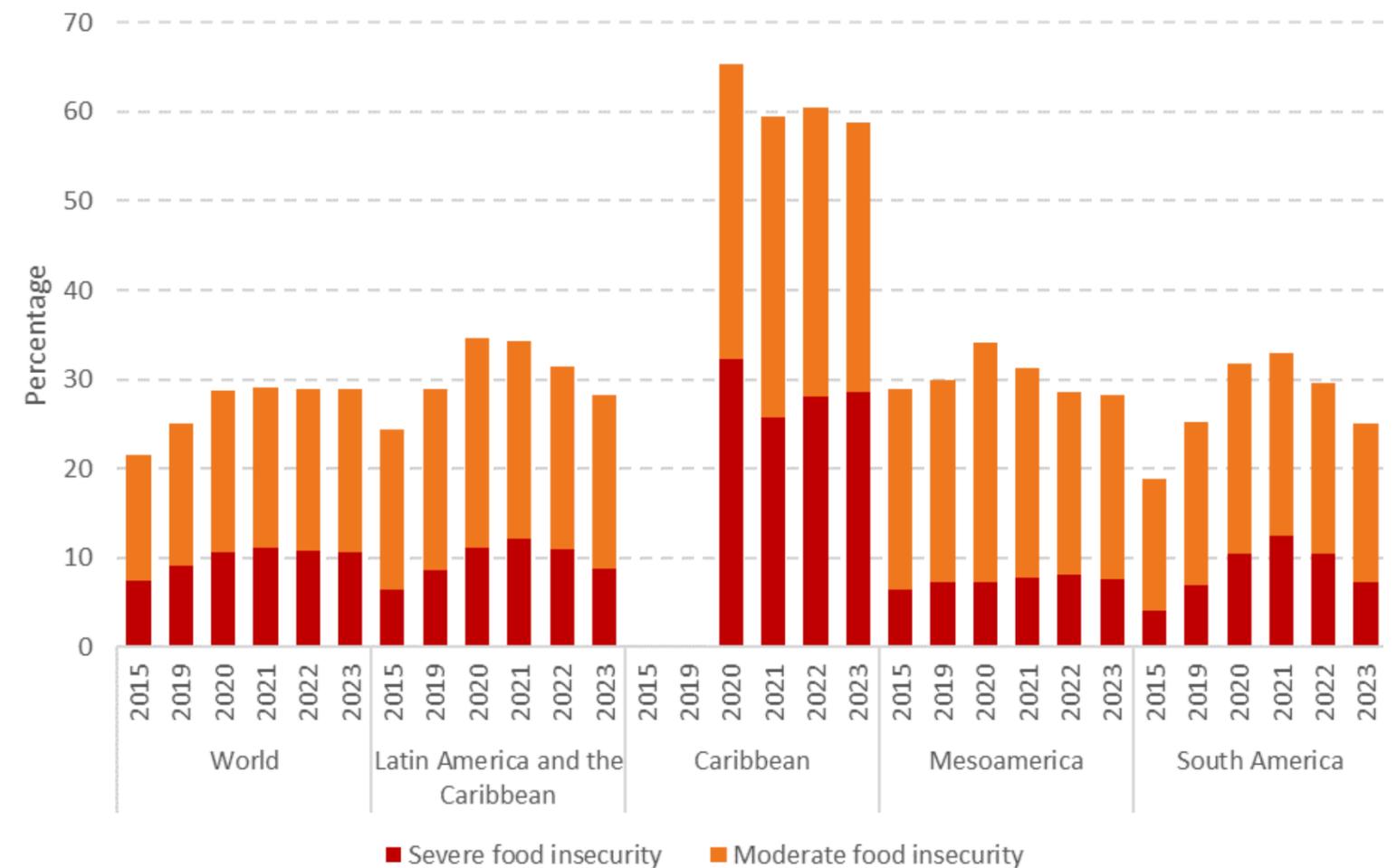
Recomendaciones



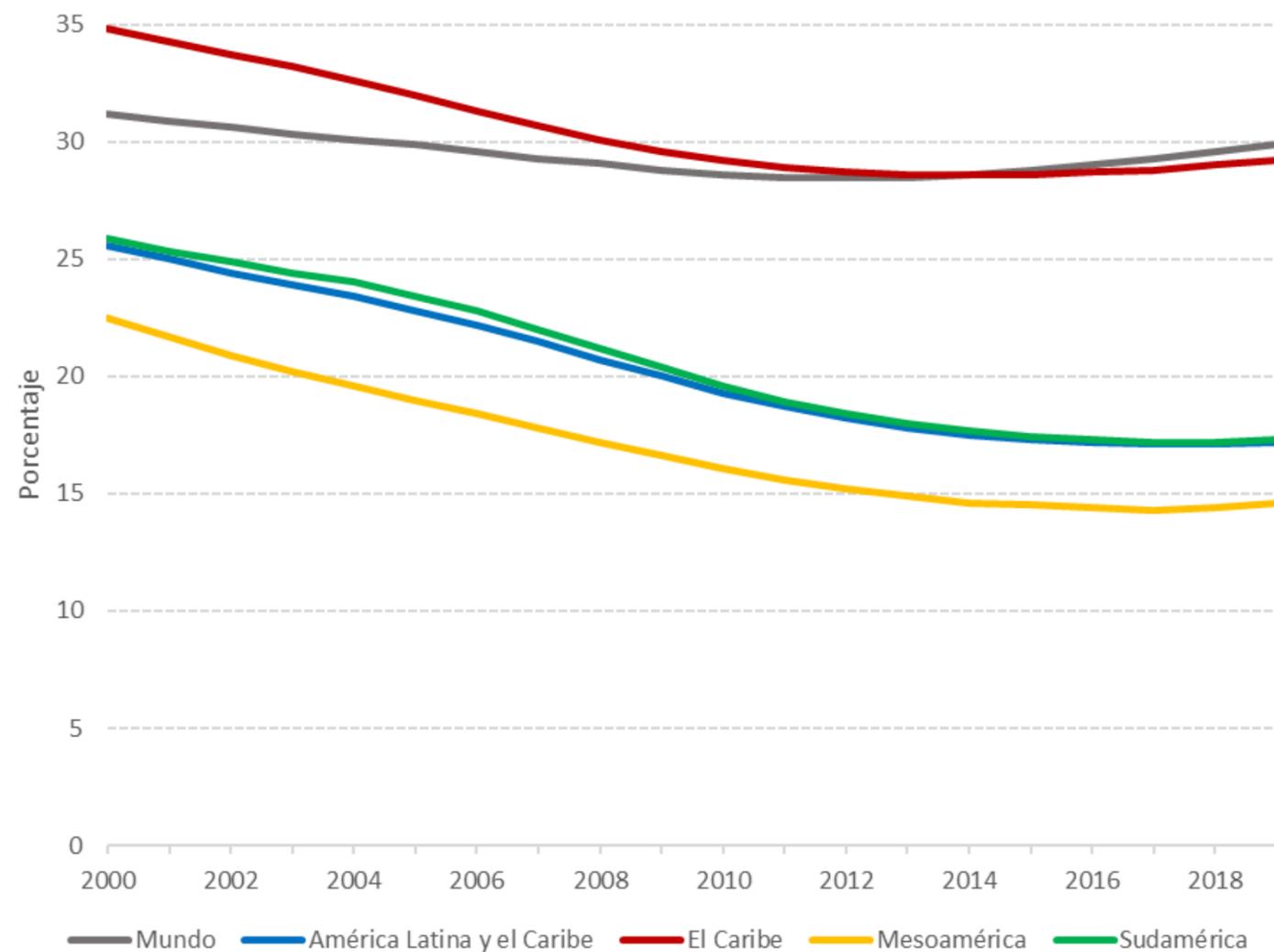
Prevalencia de subalimentación en ALC por subregión



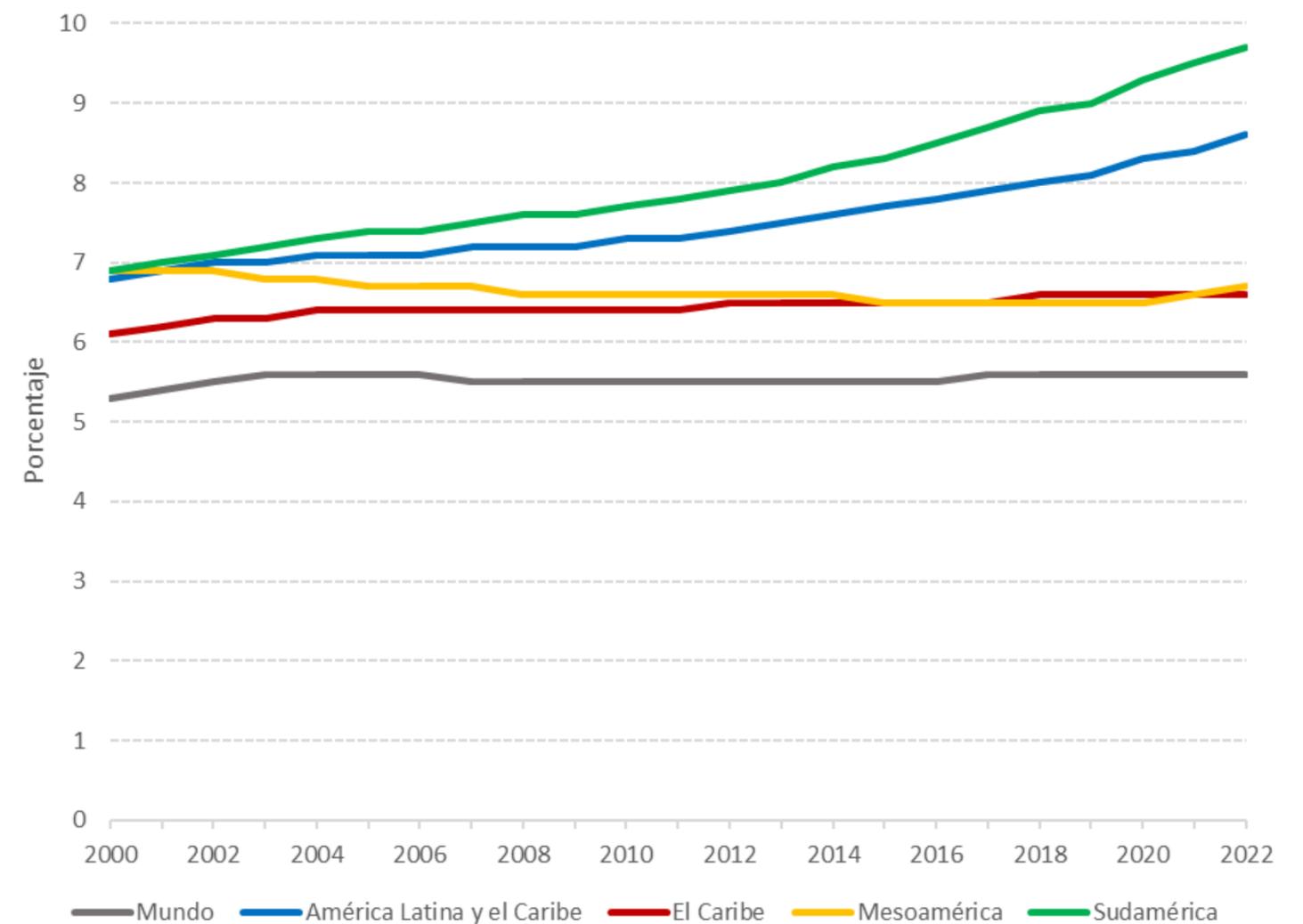
Prevalencia de inseguridad alimentaria en ALC por subregión



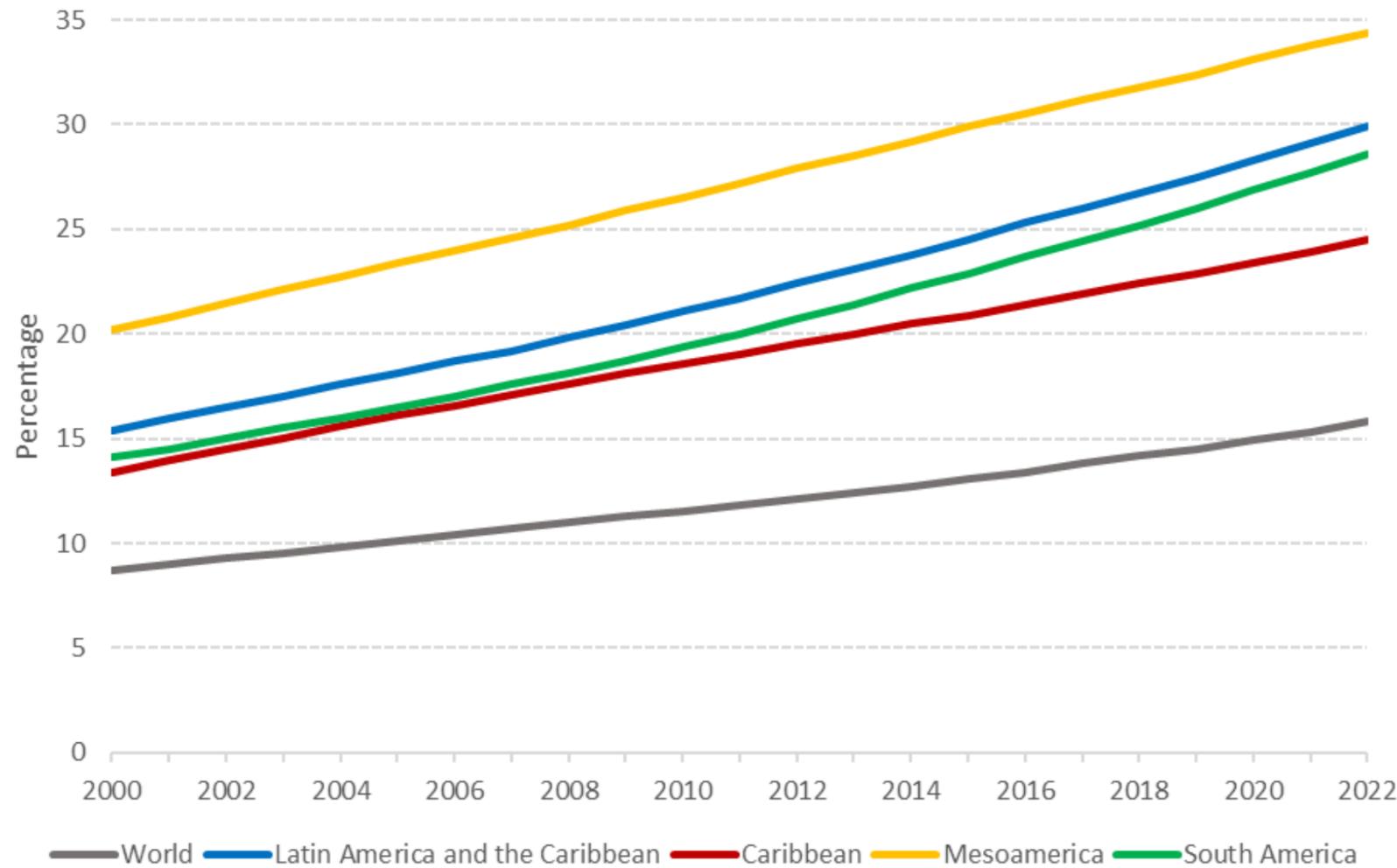
Prevalencia de anemia en mujeres entre 15 y 49 años en ALC por subregión



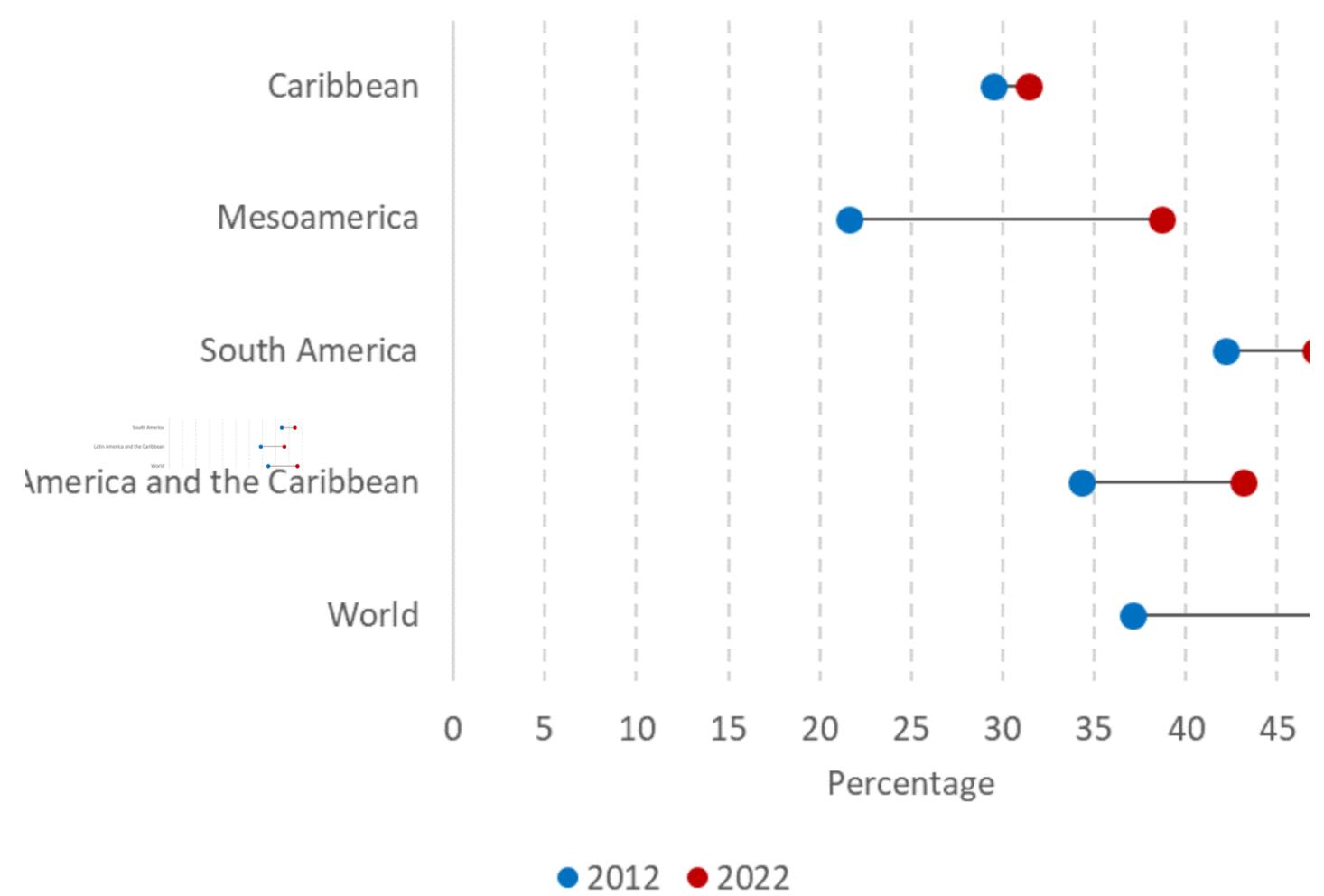
Prevalencia de sobrepeso en niños y niñas menores de 5 años en ALC por subregión



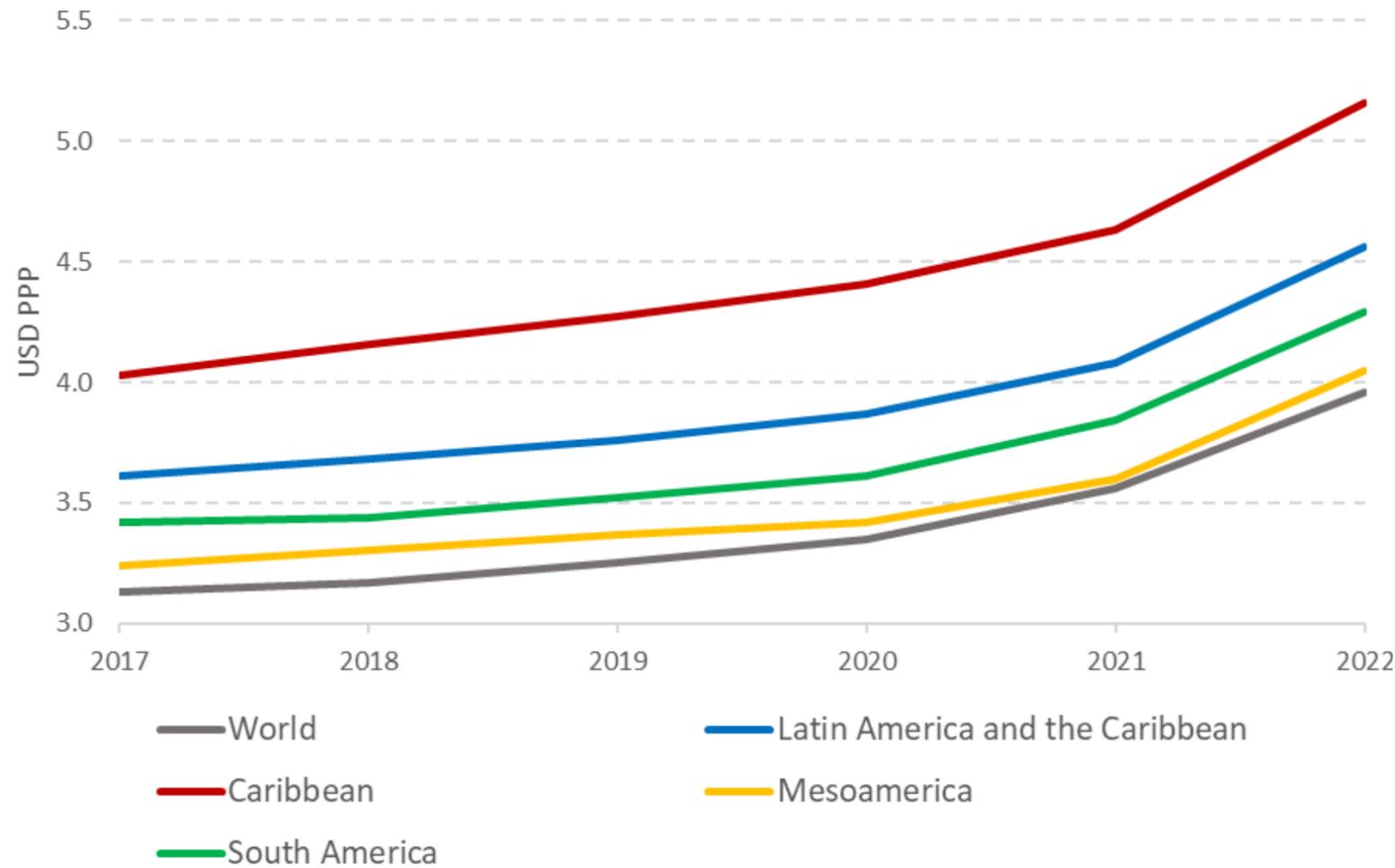
Prevalencia de obesidad en adultos en ALC por subregión



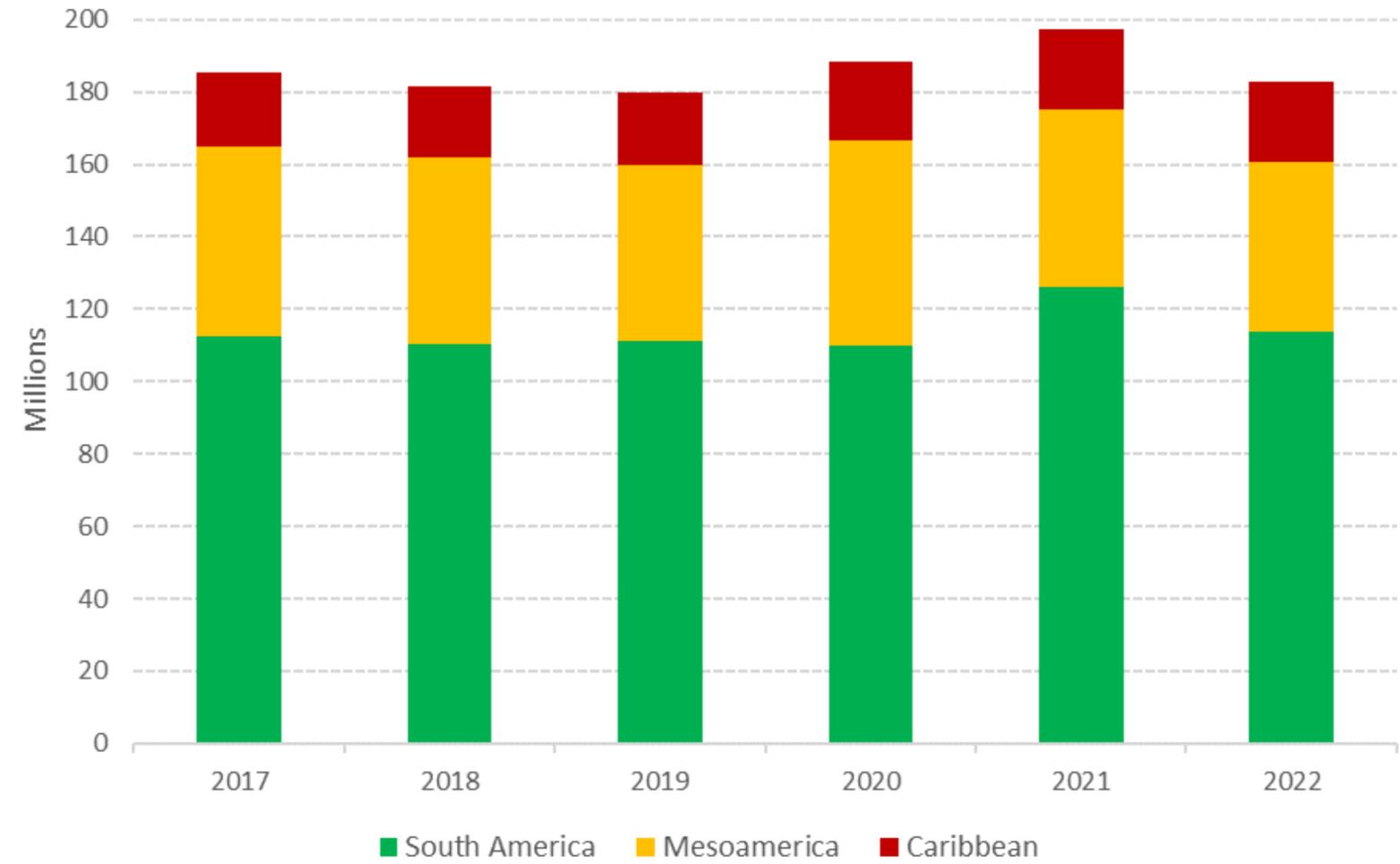
Prevalencia de lactancia materna exclusiva en ALC por subregión



Costo de una dieta saludable en ALC por subregión



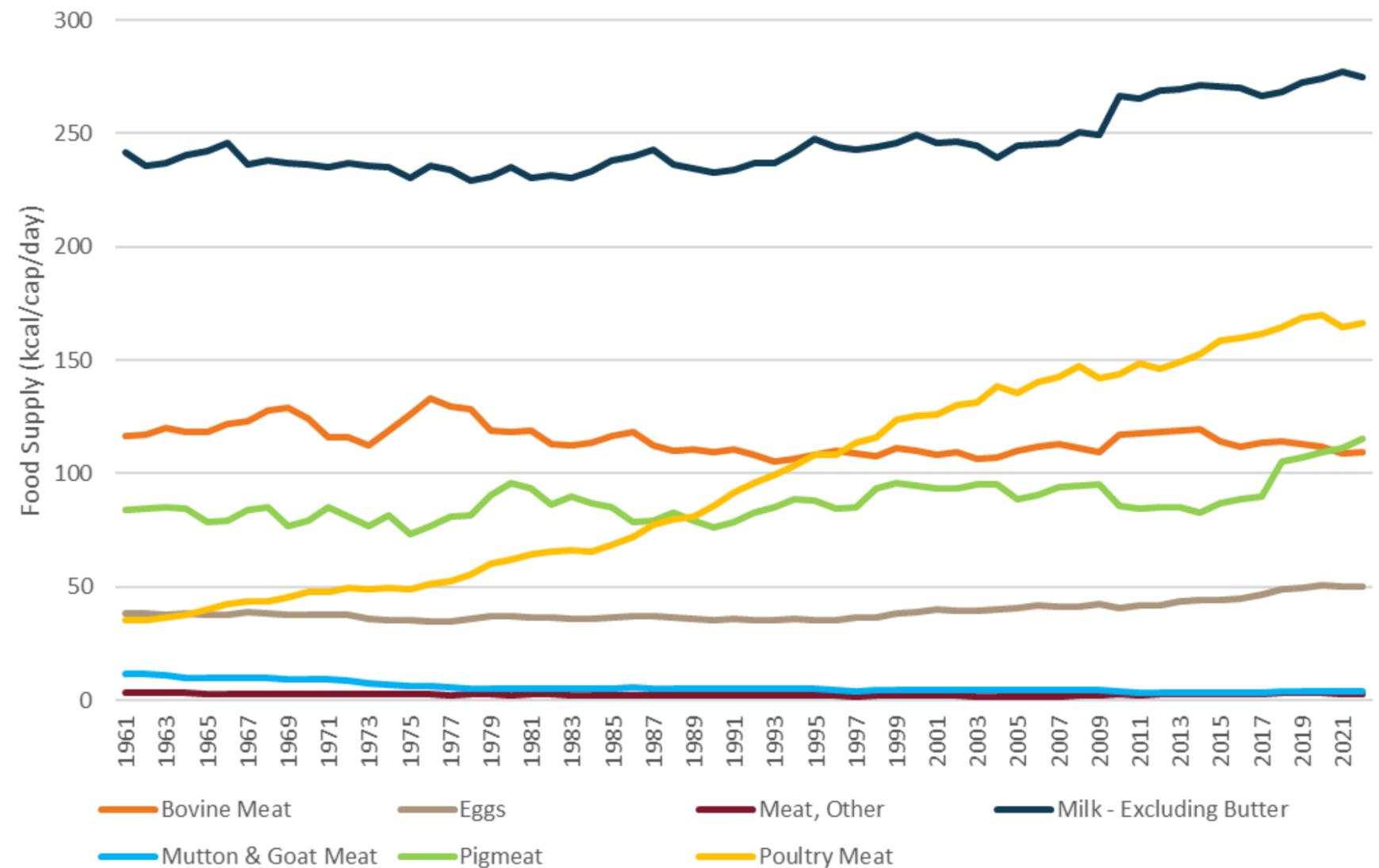
Número de personas que no acceden a una dieta saludable ALC por subregión



Patrones de la dieta y tendencias de los alimentos terrestres de origen animal

- 21% de toda la energía alimentaria para el último año disponible.
- Proporciona altas cantidades de macro y micronutrientes: vitamina A, B12, calcio, hierro, zinc, entre otros.

Tendencias en el suministro de alimentos de origen animal terrestre (Américas)





Las dietas saludables promueven la salud, el crecimiento y el Desarrollo.

La falta de consenso frente a su definición puede retrasar el progreso para alcanzar los ODS para acabar el hambre y la malnutrición

Permiten prevenir las deficiencias o excesos de nutrientes, las ENTs y la malnutrición en todas sus formas.



Moderada

en el consumo de alimentos, nutrientes y otros componentes asociados con riesgos en la salud



Adecuada

Provee nutrientes esenciales para prevenir deficiencias y promover la salud



Equilibrada

En ingesta de energía y fuentes de energía (grasas, carbohidratos y proteínas), promoviendo un peso Saludable, el crecimiento y la prevención de enfermedades



Diversa

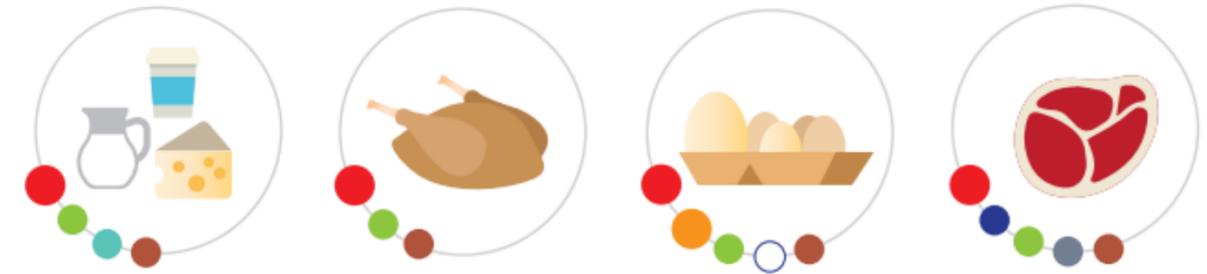
Incluyendo alta variedad de alimentos nutritivos entre y a través de los grupos de alimentos para la adecuación de nutrientes y el consumo de otras sustancias que promueven la salud

Macronutrientes

- Alta calidad de proteínas
 - Incrementa la masa muscular
 - Previene la pérdida de masa muscular
- Ácidos grasos de cadena larga y proporciones de ácidos grasos esenciales
 - Cognitivo
 - Neurodesarrollo
 - Proceso antiinflamatorio

Micronutrientes

- Zinc (funciones vitales, crecimiento, desarrollo e inmunidad)
- Vitamina B12 (neurodesarrollo y formación de células)
- Calcio (salud ósea)
- Iron (previene la anemia)
- Choline (crecimiento, funcionamiento cerebral e interacciones genéticas)
- Selenio (antiinflamatorio y nivel de los procesos del genoma)



MACRONUTRIENTS

High-quality proteins

- Increase muscle mass
- Prevent loss of muscle mass

Long-fatty acids and ratios of essential fatty acids

- Cognition
- Neurodevelopment
- Anti-inflammatory processes

MICRONUTRIENTS

Zinc

- Vital functions in growth, development and immunity

Calcium

- Bone health

Vitamin B12

- Neurodevelopment
- Cell formation

Iron

- Prevents iron deficiency anaemia

Choline

- Growth
- Brain function
- Gene interactions

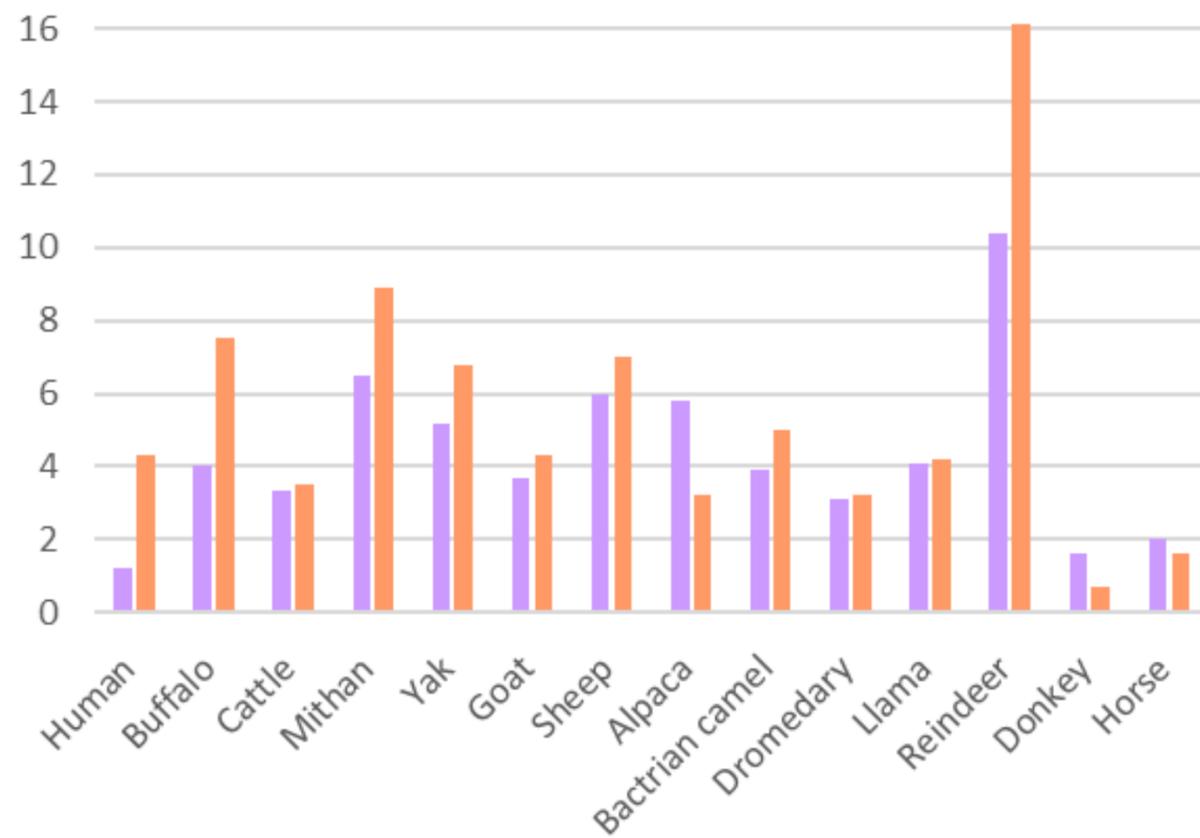
Selenium

- Anti-inflammatory
- Genome-level processes

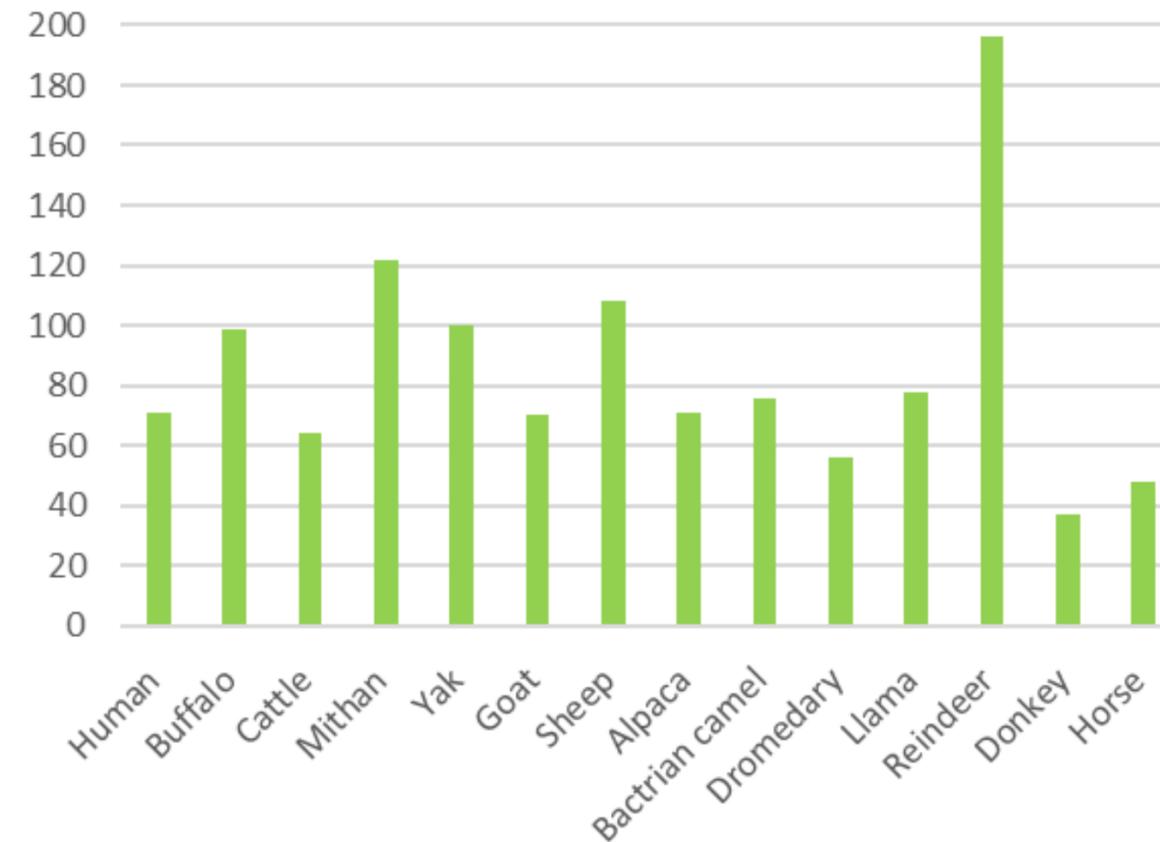
Lo composición nutricional varía según:

1. especie animal
2. tipo de alimentación de los animales
3. razas o tipos de animales
4. entorno de la producción

Ejemplo: Leche



■ Protein (g)
■ Fat (g)



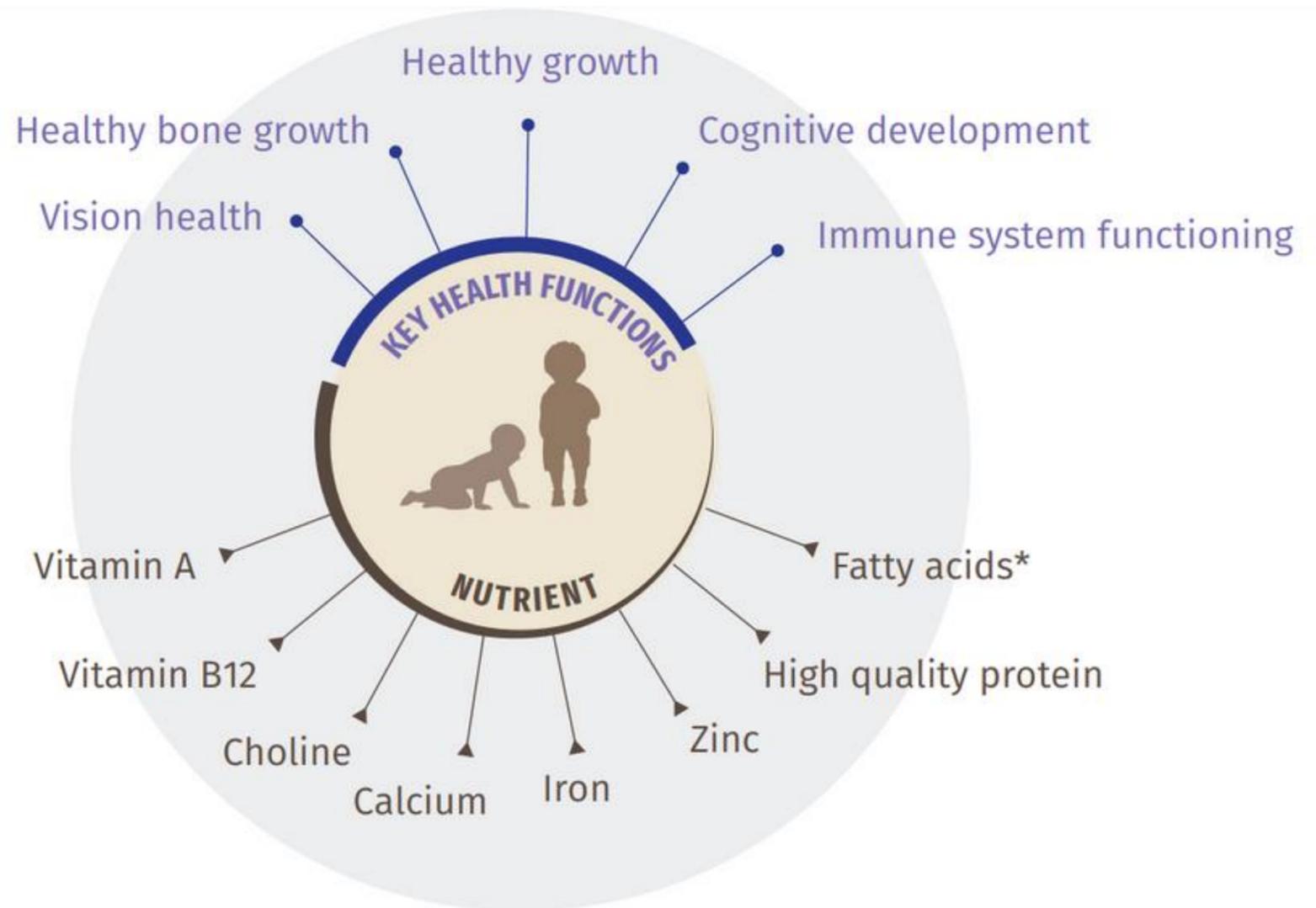
■ Energy (kcal)

Nota: Gramos de proteína, grasa y kilocalorías por 100 gramos de leche

Efectos consumo de alimentos de origen animal para la salud humana

Nutrientes concentrados y biodisponible en alimentos terrestres de origen animal hacen que su consumo tenga un papel importante en la salud humana, teniendo en cuenta los distintos requerimientos nutricionales de cada grupo.

Su consumo es relevante en el curso de vida especialmente para mujeres durante el embarazo y la lactancia, niños, niñas y adolescents en edad escolar y personas mayores



**Docosahexaenoic acid, Ratio Linoleic to Alpha-Linolenic Acids*

Beneficios asociados al consumo de alimentos terrestres de origen animal

Leche y productos lácteos (yogurt y productos lácteos bajos en grasas)

- Evidencia significativa muestra resultados positivos de su consumo para la nutrición y la salud en distintas etapas de la vida
- Efectos positivos para:
 - Mujeres embarazadas (↑ peso al nacer)
 - Niños, niñas y adolescents en edad escolar (↑ altura)
 - Adultos (↓ riesgo de mortalidad por todas las causas, hipertensión, accidente cerebrovascular, obesidad, diabetes tipo 2, cancer colorectal y de mama, osteoporosis y fracturas)
 - Adultos mayores (↓ sarcopenia, fracturas, fragilidad, demencia y Alzheimer)



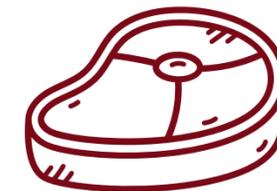
Huevos

- Los resultados mostraron efectos positivos para las mujeres en edad reproductiva en todos los contextos (↑ ingesta de nutrientes) y niños y niñas pequeños en algunos contextos (↑ crecimiento) en algunos contextos



Carne mínimamente procesada

- Evidencia sobre la mejora del nivel de hierro en adultos
- Evidencia para adultos mayores de países de altos ingresos de que la carne roja magra mejora la salud muscular



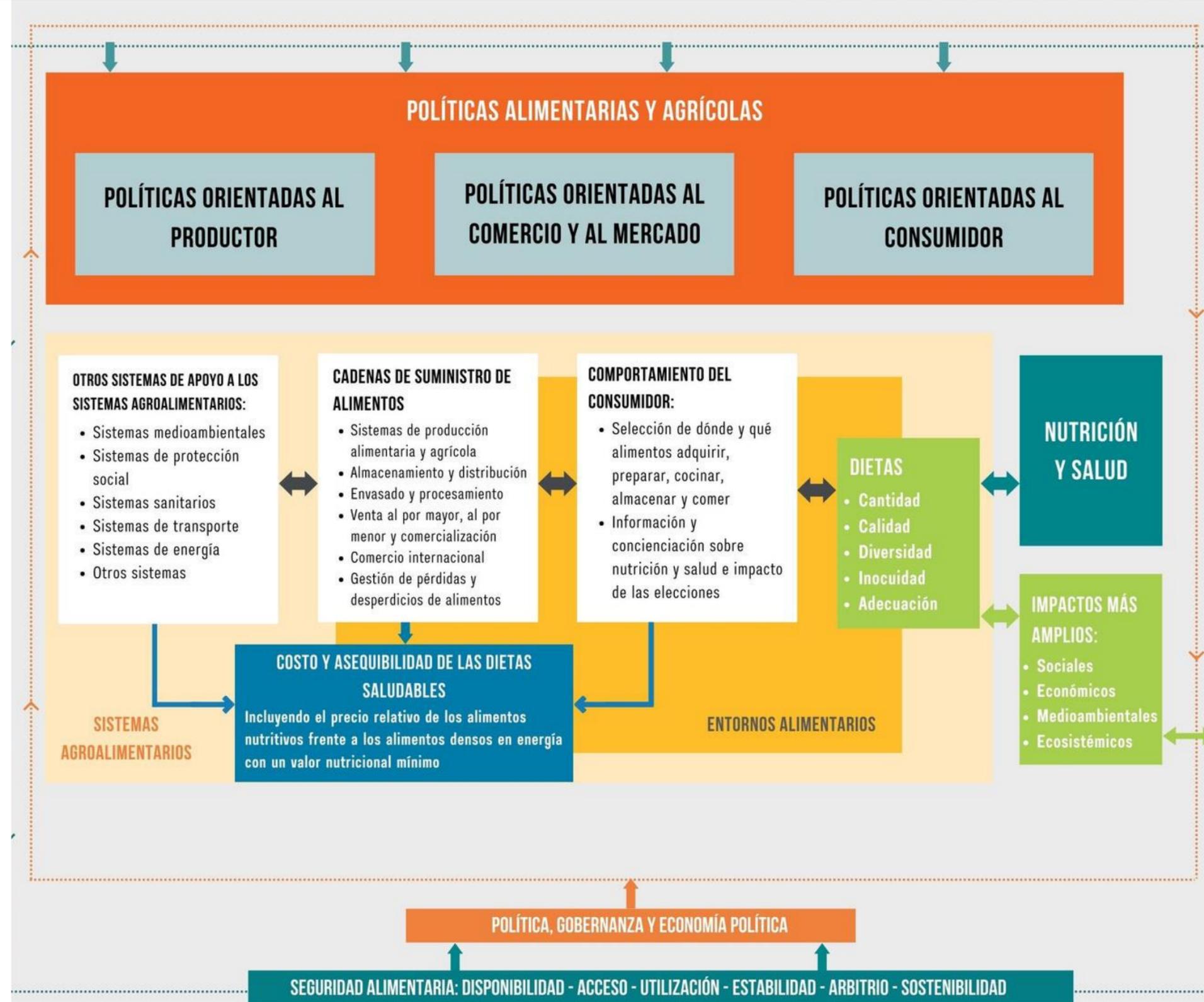
Conclusiones

- Proporciona proteínas de alta calidad, importantes ácidos grasos y vitaminas y minerales esenciales.
- Con un patrón de dieta apropiado, contribuyen al cumplimiento de los indicadores SAN de la Agenda 2030 y Asamblea Mundial de la Salud
- Su contribución varía a lo largo de los Sistemas agroalimentarios, subgrupos de poblaciones y poblaciones con baja o alta ingesta
- La evidencia científica actual se centra en su contribución a la nutrición y resultados en la salud de embarazadas, niños, adolescentes y adultos. Con una brecha en adultos mayores y poblaciones de países de bajos o medios ingresos. También en la leche, carne roja y huevos
- La mayoría de las recomendaciones de políticas de consumo se centran en la calidad pero no la cantidad. Las guías alimentarias pueden presentar brechas en las recomendaciones cuantitativas relacionadas con el consumo de alimentos de origen animal, en relación con la sostenibilidad del medio ambiente y al bienestar animal



ENFOQUE DE SISTEMAS AGROALIMENTARIOS

Los determinantes del costo de los alimentos nutritivos se encuentran en todo el sistema agroalimentario. Por ello, **un enfoque de sistema agroalimentario es esencial** para identificar cómo las políticas pueden contribuir a que las dietas saludables sean asequibles para todos.





**Organización de las Naciones
Unidas para la Alimentación
y la Agricultura**