

Tema: El huevo y la enfermedad cardiovascular.

Ponente: Dr. Alfredo Nasiff Hadad.

Afiliación: Clínica de Dislipoproteinemias y Aterosclerosis. Servicio de Medicina Interna. Hospital Clínico quirúrgico "Hermanos Ameijeiras". La Habana. Cuba.

RESUMEN.

Esta exposición versará sobre la asociación que pueda existir entre las enfermedades cardiovasculares y el consumo de huevo. A partir de las evidencias disponibles actualmente, discutiremos los siguientes aspectos:

1. El consumo de huevo no incrementa el riesgo de cardiopatía isquémica y enfermedad cerebrovascular isquémica.
2. El colesterol contenido en la yema de huevo es un aporte no despreciable a todo el colesterol consumido en la dieta. Sin embargo, el bajo contenido en grasas saturadas del huevo "compensa" en alguna medida el efecto aterogénico del colesterol ingerido. La limitada absorción del colesterol dietético es un factor a tener en cuenta al considerar el beneficio/perjuicio del consumo de la yema de huevo de gallina.
3. La presencia de sustancias antioxidantes en el huevo podría contribuir a la menor oxidación de las lipoproteínas de baja densidad.
4. El aporte de ácido fólico y vitaminas B6 y B12, contenidos en el huevo, contribuyen al adecuado metabolismo de la homocisteína: factor de riesgo emergente de la aterosclerosis y sus consecuencias orgánicas.
5. El enriquecimiento del huevo con ácidos grasos ω 3, a través de la alimentación de las ponedoras con piensos elaborados con aceites que aportan ácidos grasos poliinsaturados pertenecientes a esta familia (EPA/DPA/DHA), abre nuevas posibilidades al consumo de este alimento. Los ácidos grasos ω 3, cuya fuente natural son los pescados de carne azul, disminuyen el riesgo de cardiopatía isquémica por varios mecanismos, de los cuales el más interesante de todos es la formación de eicosanoides (prostaglandinas, tromboxanos y leucotrienos) que actúan estabilizando la placa de ateroma, contrarrestando la peroxidación de colesterol de LDL, e introduciendo cambios en la reología de la sangre.

DEL AUTOR:



Alfredo Nassiff Hadad. Doctor en ciencias médicas. Especialista de Segundo grado en Medicina Interna. Profesor titular de la especialidad. Jefe del Servicio de Medicina Interna del Hospital Clínico quirúrgico “Hermanos Ameijeiras” (La Habana, Cuba). Coordinador de la clínica de Dislipoproteinemias y Aterosclerosis. Profesor Asesor de la Cátedra de la UVS Universidad Virtual de Salud del MINSAP Ministerio de Salud Pública de Cuba. Miembro del Consejo Científico del CIRAH Centro de Investigaciones y Referencias sobre Aterosclerosis de La Habana.

Profesor de la carrera certificativa en Aterosclerosis del CIRAH. Miembro del Consejo Científico Consultivo del “Concepto Columbus”. Profesor Visitante *ad honorem* del Departamento de Ciencias Fisiológicas de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional de Colombia. Evaluador de propuestas de redes y proyectos en el campo de la salud del Programa Iberoamericano CYTED. Miembro del Comité Editor de la Revista de la Sociedad Latinoamericana de Aterosclerosis. Miembro del Comité Editor de la Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas. Vicepresidente de la Sociedad Cubana de Aterosclerosis. Miembro de la Sociedad Internacional de Aterosclerosis, de la Sociedad Iberoamericana de Aterosclerosis, y de la Sociedad Latinoamericana de Aterosclerosis. Miembro de la ALAD Asociación Latinoamericana de Diabetes. Miembro de la Junta Directiva de la Sociedad Cubana de Medicina Interna. Miembro de la Sociedad Cubana de Endocrinología. Miembro Honorario Extranjero de la Sociedad Uruguaya de Aterosclerosis. Miembro Honorario del Colegio Mexicano de Bariatría. Tiene 53 publicaciones. Ha impartido 82 cursos, maestrías, diplomados y talleres. Ha recibido 37 cursos y ha asistido a 135 eventos científicos nacionales e internacionales.