

Estudio de los niveles de colesterol y ácidos grasos en las carnes del Uruguay y su relación con el régimen alimenticio de los bovinos

Dres. Andrés Gil, Stella Huertas

Al igual que en los países desarrollados, en el Uruguay, un 40% de las muertes se hallan asociadas a las enfermedades cardiovasculares. Estas enfermedades son producidas por diversos factores, denominados *factores de riesgo*. Entre estos factores se destacan: vida sedentaria, hipertensión arterial, obesidad, tabaquismo, niveles elevados de colesterol sanguíneo, dietas sobrecargadas en grasas, estrés y diabetes. Como se puede observar varios de estos factores están íntimamente relacionados, pudiendo presentarse en diversas combinaciones.

El colesterol es utilizado como un indicador de riesgo de las enfermedades cardiovasculares, dado que cuando se encuentra por encima de los niveles normales en la sangre es más probable que acontezca un accidente cardiovascular. Sin embargo, se debe tener en cuenta que el mismo es *un componente normal y exclusivo del reino animal*, por lo que es necesario para la vida y su aporte en la dieta solo puede ser de origen.

En el organismo normal el colesterol proviene en su mayor parte de la síntesis en el hígado y una parte menor de la dieta que



oscila en un 20% del total. Se ha comprobado que las grasas contribuyen más que la carne al aumento del colesterol sanguíneo, por lo cual se recomienda su control en la dieta.

Diversos estudios sugieren que la producción de carne en régimen de pastoreo se encuentra asociada a menores tenores grasos, niveles más bajos de colesterol y una composición diferente de ácidos grasos. En función de lo expuesto, en este proyecto se planteó como objetivo determinar la composición de las carnes uruguayas y establecer su

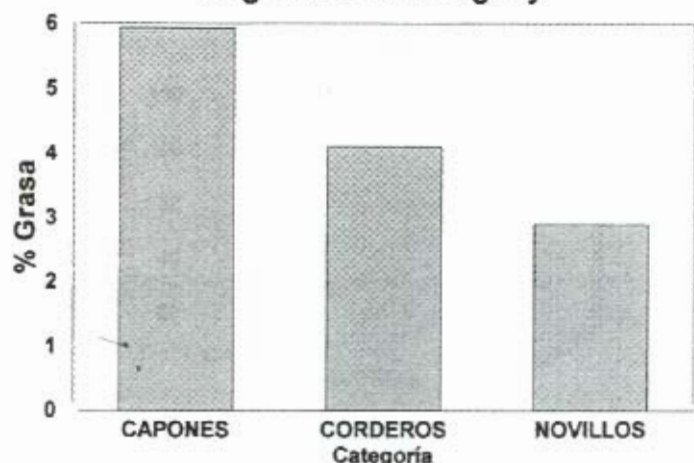
relación con la alimentación de los animales.

Para dar cumplimiento a lo propuesto se realizó un muestreo a nivel de establecimientos de faena de ovinos y vacunos y un ensayo donde se compararon novillos criados en pasturas frente a novillos criados en base a granos (feed-lot).

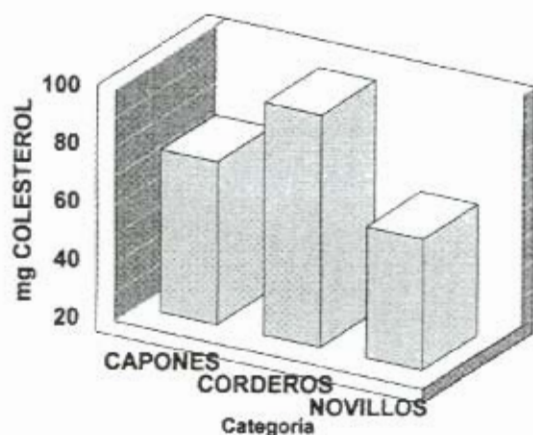
Se consideró fundamentalmente la grasa del veteado muscular dado que es la única que el consumidor no puede controlar en su dieta.

Comparando los ovinos con los vacunos, se concluyó que el

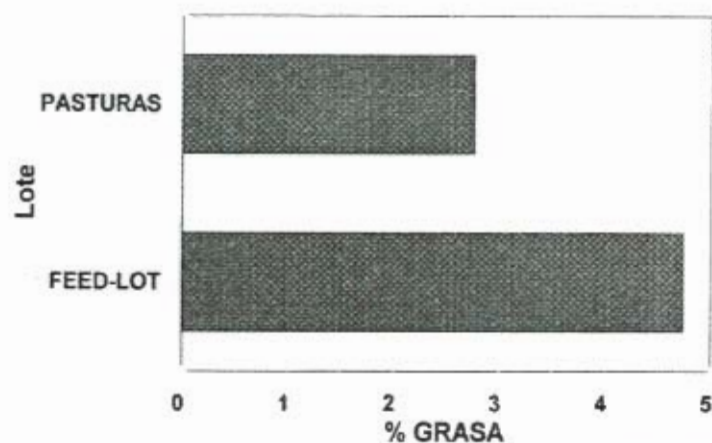
1. Grasa intramuscular del Bife Angosto en ganado del Uruguay



2. Contenido de colesterol en 100 gr de bife angosto en ganado del Uruguay



3. Grasa intramuscular del Bife Angosto en novillos según alimentación



contenido en grasa y colesterol era superior en la primer especie, lo cual se puede observar en las gráficas 1 y 2. De estos datos se desprende que desde el punto de vista de la salud del consumidor, la menor cantidad de grasa del vacuno la hace preferible cuando se debe restringir la ingesta de la misma. Dentro de la carne ovina, como es de esperar, la carne de cordero es más magra que la de los capones.

En el ensayo se compararon dos grupos de novillos alimentados uno con ración en base a granos (FEED-LOT) y el otro en PRADERAS. Ambos lotes se faenaron cuando alcanzaron los 440 kg. de peso promedio.

Existen diferencias en la cantidad de grasa de veteado entre los dos lotes de animales, la cual varía en función del corte considerado pero en todos los casos, muestra una mayor cantidad en los animales de feed-lot. Esta mayor cantidad de grasa de los animales de feed-lot también se observa a nivel de las grasas de cobertura, recorte y cavitaria lo que podemos observar en la gráfica 3.

La diferencia en los niveles de colesterol muestra que los animales en pasturas presentan un nivel más bajo de este compuesto. Siendo por ejemplo para el bife angosto de 51,9 mg. de colesterol en la carne pasturas frente a 57,0 mg. en la carne de feed-lot por cada 100 g. de la misma.

Los estudios de la composición de las reses de ambos grupos, permiten demostrar que la diferencia entre los animales de pasturas y de granos solo esta determinada por la mayor deposición de grasa de estas últimas.



bres de Fiebre Aftosa, "Vaca Loca" y residuos, se puede afirmar que merecen el calificativo de "NATURALES Y SALUDABLES".

AGRADECIMIENTOS:

Este trabajo se realizó gracias a la colaboración y aporte de las siguientes instituciones: Asociación Rural del Uruguay (ARU), PARTNERS URUGUAY/MINNESOTA, Facultad de Veterinaria,

Instituto Nacional de Carnes (INAC), Instituto Nacional de Investigación Agropecuaria (INIA), Plan Agropecuario (PA), Sociedad de Criadores de Hereford. Financiado dentro del marco del Convenio de Préstamo 3131UR con el Banco Mundial •

En CONCLUSION, la notoria disminución en los porcentajes de grasas de la carne de los animales de pasturas, junto con las recomendaciones dietéticas en cuanto al consumo de grasa, posicionan muy favorablemente a las carnes uruguayas en los mercados informados y que

aprecian la salud. Con esta información disponible el consumidor podrá respetar las recomendaciones dietéticas consumiendo más carne del Uruguay sin poner a riesgo su Salud.

Considerando que junto a estas características el Uruguay asegura que sus carnes están li-

