

GACETILLA CINCAP



pollo
alimentación
nutrientes
carne de pollo
pechuga
información
avicultura
nutrición
patas y muslos
dentado



OCTUBRE 2022

DESTERRANDO MITOS DE LA CARNE DE POLLO

La carne de pollo es una de las carnes más consumidas tanto en Argentina como en el mundo. Sin embargo, hasta el día de hoy, circulan diversos mitos acerca de sus propiedades y su producción.

Desde CINCAP, te acercamos la respuesta a alguna de las preguntas o dudas más frecuentes sobre la carne de pollo.

MITO 1 – La piel de pollo es mala

La piel de pollo, contrario a lo que suele creerse, mantiene la misma proporción del tipo de grasas que la carne de pollo, es decir, una relación 2 a 1 de grasas instauradas/ grasas saturadas. Por lo tanto, no es la calidad de las grasas sino su cantidad y, por ende, su aporte calórico, lo que debemos tener en cuenta.

Consumir la carne de pollo con piel aumenta un 50%, aproximadamente, el aporte calórico de la porción consumida. Por lo tanto, teniendo en cuenta el contexto epidemiológico actual, donde más de un 60% da la población Argentina tiene sobrepeso u obesidad, es aconsejable retirar la piel de pollo antes de comer para disminuir las calorías aportadas por porción.

MITO 2 – La carne de pollo debe lavarse antes de ser consumida

El lavado de la carne de pollo, así como de cualquier otro tipo de carne, es una práctica errónea y peligrosa. La carne de pollo debe ser cocida hasta alcanzar una temperatura segura en su centro y lograr un color uniforme. Es esta práctica la que nos permite eliminar cualquier microorganismo que pudiera estar en las carnes crudas, no otra. Por el contrario, el lavado de la carne en la bacha de la cocina probablemente salpicará la mesada u otros sectores de la cocina de manera

imperceptible y puede hacer que la zona limpia de la cocina se contamine.

MITO 3 – La carne de pollo NO es un alimento seguro

La carne de pollo es, definitivamente, un alimento inocuo y seguro. La Industria Avícola Argentina es una de las Industrias más eficientes gracias a la incorporación y renovación permanente de tecnología y equipamiento, a la capacitación permanente del personal y al trabajo constante de superación para lograr mejoras en calidad y máxima seguridad en los alimentos distribuidos. Sumado a ello, la Avicultura Argentina cumple con Buenas Prácticas de Manufactura (BPM), con Control y Análisis de Riesgos y Puntos Críticos (HACCP) y trabaja permanente en la Bioseguridad y la Trazabilidad del Producto. Estos controles de calidad son monitoreados por profesionales idóneos de cada sector, en cada empresa y también por la autoridad sanitaria local.

Los controles de calidad mencionados aseguran la ausencia de microorganismos patógenos, la calidad microbiológica, las características organolépticas y la vida útil del producto listo para el consumo. Asimismo, bajo la reglamentación del Codex Internacional y en cumplimiento de las normas de la Organización Mundial de la Salud (OMS), el SENASA (Servicio Nacional de

Sanidad y Calidad Agroalimentaria) realiza el muestreo de carne faenada para el Plan de Control de Residuos e Higiene de los Alimentos (Plan CREHA), que verifica la ausencia de residuos y contaminantes en el alimento para consumo.

LOS CONTROLES QUE SE REALIZAN PERMITEN GARANTIZAR QUE LA CARNE DE POLLO ES UN ALIMENTO CONFIABLE DESDE SU ORIGEN, PRODUCIDO BAJO ESTRUCTAS NORMAS DE CALIDAD CON GARANTÍA DE SEGURIDAD. PARA MAYOR GARANTÍA, SIEMPRE DEBE VERIFICARSE LA IDENTIFICACIÓN DEL POLLO, EL PRODUCTOR RESPONSABLE Y EL NÚMERO OFICIAL DE HABILITACIÓN DEL ESTABLECIMIENTO, IMPRESO EN EL ENVASE.

MITO 4 – El pollo de color amarillo es más sano

El color de la carne de pollo puede variar de un color amarillo a un color blanquecino, de acuerdo a los pigmentos existentes en el grano de cereal utilizado en el alimento de las aves. En algunos países, por preferencia de los consumidores, puede agregarse un pigmento natural en el alimento de las aves para darle una coloración más amarillenta. No es el caso de Argentina.

Desde el punto de vista productivo y nutricional, no existen diferencias en propiedades o aportes nutricionales de un pollo color amarillo y uno de color blanquecino-rosado.

MITO 5 – La carne de pollo tiene hormonas exógenas adicionadas

En la Industria Avícola NO se usan hormonas exógenas. Esta creencia, tan arraigada en la sociedad y, particularmente, en muchos integrantes de la comunidad de los profesionales de la salud, es errónea. La velocidad de crecimiento de las aves se basa en el trabajo permanente de la industria avícola sobre cuatro (4) pilares fundamentales:

Genética: se seleccionan las aves que más desarrollan las características productivas deseadas.

Alimentación: se formulan como mínimo 4 tipos de alimentos balanceados para cada etapa de la vida de las aves, ajustando en cada uno los nutrientes necesarios para cumplir los requerimientos de cada etapa de crecimiento de las aves.

Manejo: se busca que las aves tengan condiciones óptimas de confort ambiental, que permitan el desarrollo del potencial genético de crecimiento de las aves.

Sanidad: se aplican estrictas medidas de bioseguridad y profilaxis para prevenir el desarrollo de enfermedades.

Estos cuatro pilares son los que permiten, junto con la innovación tecnológica y el trabajo permanente en investigación y desarrollo, el crecimiento veloz y óptimo de las aves hoy en día.

El uso de hormonas exógenas está prohibido y no existe tal hormona en el mercado.

Si se utilizara, la inyección diaria de hormonas dificultaría no sólo el trabajo en granja sino que también aumentaría significativamente el costo final del producto.

Además, debemos considerar que las aves se faenan, en promedio, a los 45 días, con lo cual su eje de crecimiento propio está en su máximo potencial y la administración exógena de hormonas no tendría efecto alguno.

LA CARNE DE POLLO ES UN ALIMENTO SALUDABLE.