

FICHA TÉCNICA

DIFUSIÓN: CANAL-UNED



ESPACIO: Respuestas de la Ciencia

TÍTULO: ¿Hay que comer muy pocos huevos para evitar que suba el colesterol?

SINOPSIS: El consumo de un huevo diario en personas que no tienen un factor familiar de hipercolesterolemia, no crea ningún problema en el aumento del colesterol. El huevo es rico en inmunoglobulinas que mejora la respuesta inmunitaria del organismo y tiene un alto poder antioxidante. El consumo de huevos en quienes no tienen una prescripción médica que lo impida podría situarse entre 4 y 7 por semana.

FECHA DE EMISIÓN: 30/10/2012

PARTICIPANTES: Socorro Coral Calvo Bruzos, profesora de Nutrición de la Facultad de Ciencias de la UNED..