

AMBIENTE, NUTRICIÓN Y ALIMENTACIÓN

La orientación alimentaria efectiva como estrategia que promueve la seguridad alimentaria y nutricional

Alejandra Castañeda-Díaz de León*, Ana Gabriela Palos Lucio**

Palabras clave:

Accesibilidad, disponibilidad, canasta alimentaria, indígenas.

En 1948 comenzó a articularse el concepto de *Seguridad Alimentaria*, mismo que quedó asentado en la Declaración Universal de Derechos Humanos, en el artículo 25 que establece que todos tenemos derecho a la alimentación. Sin embargo, el concepto como tal surgió hasta 1996 en la Cumbre Mundial sobre la Alimentación en donde se señaló que:

Existe seguridad alimentaria cuando todas las personas tienen en todo momento acceso físico y económico a suficientes alimentos inocuos y nutritivos para satisfacer sus necesidades y sus preferencias, a fin de llevar una vida activa y sana.

La anterior definición abarca múltiples aspectos que la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) ha concretado en 4 pilares, disponibilidad física, accesibilidad económica, utilización biológica y la estabilidad de los primero tres.

No obstante, la seguridad alimentaria no es sinónimo de un adecuado estado nutricional ya que es una condición necesaria pero no su-

ficiente para la seguridad nutricional. Es aquí en donde emerge el concepto llamado Seguridad Alimentaria y Nutricional (SAN).

El Observatorio en Seguridad Alimentaria y Nutricional de la Universidad Veracruzana (OBSAN-UV) y el INCAP reconocen como parte de los pilares de la SAN la aceptabilidad y el consumo adecuado de alimentos, así mismo el OBSAN-UV hace especial énfasis en el papel que ejercen los conocimientos y costumbres en la toma de decisiones de la población al adquirir sus alimentos.

Debido a lo anterior, para poder resolver problemas de SAN, es importante contemplar todos los factores que llevan a la población a consumir o seleccionar ciertos alimentos, especialmente aquellos que no poseen un adecuado valor nutrimental.

Con la finalidad de promover la compra de ciertos productos, algunas empresas utilizan estrategias como declarar que los productos

* Facultad de Enfermería/CIACyT, Universidad Autónoma de San Luis Potosí.

** Facultad de Enfermería, Universidad Autónoma de San Luis Potosí.

Contacto: Centro de Investigación Aplicada en Ambiente y Salud, Facultad de Medicina/Ciacyt UASLP. Avenida Sierra Leona núm. 550, Colonia Lomas Segunda Sección, San Luis Potosí, San Luis Potosí, México, C.P. 78210. Correo electrónico: nutricionistalejandra@gmail.com

poseen ciertas propiedades benéficas para la salud, puntos de venta estratégicos e incluso la manera en que estos son exhibidos.

Esto ha llevado a la población a consumir y pensar que productos como cereales comerciales, yogures o leches saborizadas son opciones saludables, cuando en realidad son productos industrializados ricos en grasas, azúcares, sodio y conservadores.

Una opción viable que permita contribuir a cambiar estas ideas equivocadas, es una correcta orientación alimentaria (OA), la cual se define como el conjunto de acciones que proporcionan información básica científicamente validada y sistematizada y desarrollan habilidades, actitudes y prácticas relacionadas con los alimentos y la alimentación para favorecer la adopción de una dieta correcta.

Actualmente en México, se han creado distintas políticas que contribuyen a brindar una correcta OA en los mexicanos, a continuación se menciona en que consisten, así como algunos puntos que podrían ser considerados para que la OA sea mas precisa y acertada.

Etiquetado de alimentos: La función del etiquetado de alimentos es brindar información a los consumidores que les permita decidir que producto es mejor para su salud, por lo tanto, debería ser un etiquetado útil y de fácil comprensión. En México, el etiquetado establecido por la Comisión Federal Para la Protección Contra Riesgos Sanitarios (COFEPRIS), está lejos de ser una guía para la toma

de decisiones ya que, de acuerdo a un estudio publicado en 2012, sólo el 1.2% de 731 participantes lograron comprender por completo el significado de la información proporcionada por la etiqueta de un producto lo cual deja muy claro que el etiquetado actual basado en la guías diarias de alimentación (GDA) es poco comprensible y por lo tanto no cumple su función.

Aunado a lo anterior, promueve una elevada ingesta de azúcar por dos razones:

Al mencionar la cantidad de azúcar contenido en un producto lo hacen bajo la leyenda *Azúcares totales: %* seguido de la leyenda *% del requerimiento diario recomendado* (figura 1). Sobre esto reconocemos que no existe un requerimiento diario recomendado sino que más bien una cantidad máxima tolerable.

COFEPRIS establece que este porcentaje de azúcares totales se calcule en base a un *requerimiento* de 360 Kcal provenientes de azúcar, es decir, 18 cucharadas cafeteras mientras que la OMS establece que la cantidad máxima tolerable es de 5 a 10 cucharadas cafeteras.



▶ % de los nutrimentos diarios recomendados.

Sello distintivo nutrimental: Su función es contribuir a que los consumidores puedan distinguir a aquellos productos que resultan ser las mejores opciones del mercado. No obstante, los criterios para portarlo son inadecuados ya que bebidas con 6.5 cucharadas cafeteras de azúcar en 250 ml podrán portar el sello.

Publicidad dirigida a la infancia: Es bien sabido que los niños son una población muy susceptible a adoptar preferencias, hábitos y prácticas influenciados por el ambiente que los rodea, razón por la cual muchas empresas optan por crear todo tipo de publicidad dirigida a este sector, es por ello que restringir la propagación de esta publicidad así como su contenido es un paso importante para combatir el sobrepeso y la obesidad ya que a pesar de que esta restricción no proporciona información que oriente a la población, sí contribuye a disminuir la desinformación.

En México, dicha restricción sólo se aplicó tanto en televisión y en cine en horarios infantiles (2:30 pm a 7:30 pm, de lunes a viernes y de 7:00 am a 7:30 pm los sábados y domingos). Esta situación podría dar la pauta para que los niños reciban la influencia de la publicidad por otros medios de comunicación además de no tomar en cuenta que un porcentaje de esta población asiste a la escuela en turno vespertino por lo cual es muy probable que vean la televisión en horario matutino y por lo tanto también los anuncios restringidos. Sumado a lo anterior, la publicidad de los alimentos que pueden portar el sello distintivo nutrimental no serán restringidos.

Conclusión

El concepto de SAN es muy amplio, y cada uno de sus componentes son importantes para mejorar el estado de nutricio de la población. En este caso, la OA es una herramienta de bajo costo que permite empoderar a la población contribuyendo a mejorar las decisiones que toma respecto a su alimentación.

El gobierno mexicano debería dar mayor importancia a la correcta difusión de información relacionada a dejando de lado las legislaciones exiguas que aspiran solucionar un problema de grandes dimensiones con acciones trucas que evidentemente no lograrán hacer cambios significativos.

Finalmente, para crear políticas eficaces es muy importante considerar estrategias que han funcionado en otros países realizando adaptaciones para la población mexicana.

REFERENCIAS

- Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social. Dimensiones de la seguridad alimentaria: Evaluación Estratégica de Nutrición y Abasto. CONEVAL 2010. ISBN: 978-607-95482-0-9.
- Instituto de Nutrición de Centroamérica y Panamá. Recuperado el 8 de julio de 2015 de <http://www.incap.int/index.php/es/acerca-de-san> Naciones Unidas. Declaración Universal de Derechos Humanos. Recuperado el 8 de julio de 2015 de <http://www.un.org/es/documents/udhr/>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Recuperado el 8 de julio de 2015 de <http://www.fao.org/organicag/oa-specialfeatures/oa-foodsecurity/es/>
- Observatorio en Seguridad Alimentaria y Nutricional. Universidad Veracruzana. Recuperado el 10 de julio de 2015 de <https://www.uv.mx/obsan/introduccion>