

Diálogo Nacional de la Cumbre sobre los Sistemas Alimentarios.

“Uruguay: Hacia sistemas alimentarios más saludables, sostenibles e inclusivos”

Panel 4: Conocimientos, educación e información en materia de nutrición centrados en las personas. 23 de junio 2021.

La Alianza de la Sociedad Civil para el Control de las Enfermedades No Transmisibles (*Alianza ENT - Uruguay*) es una red no gubernamental, sin fines de lucro, integrada por asociaciones médicas, de profesionales, de consumidores, de organizaciones paraestatales e individuos, interesados en promover la salud y disminuir las ENT (enfermedades cardiovasculares, diabetes, algunos tipos de cáncer, enfermedades respiratorias crónicas). Tiene como objetivo impulsar la toma de conciencia de las autoridades nacionales y mundiales sobre el impacto, actual y futuro, de las ENT sobre la salud de la población y la economía de los países, así como lograr la aplicación de acciones concretas que permitan enfrentarlas. Fue la primera alianza en conformarse en las Américas y se creó como la contraparte nacional de la Alianza Internacional para las Enfermedades No Transmisibles (NCD Alliance).

En el último quinquenio sus acciones más importantes están relacionadas con el apoyo a la implementación de políticas para el control de tabaco, política de prevención y control de diabetes (Ley de Diabetes y Enfermedades No Transmisibles) y políticas vinculadas a la promoción de una alimentación saludable (como el etiquetado frontal de advertencia), además de apoyar y promocionar las acciones llevadas adelante por sus organizaciones miembro.

Sabemos que la buena salud comienza con una adecuada nutrición y en Uruguay, país agropecuario por excelencia, con disponibilidad de alimentos asegurada, prevalece un bajo consumo de vegetales, frutas, granos, peces y un alto consumo de productos ultraprocesados¹ (149.5 Kg anuales per cápita), que nos ubica en cuarto lugar en la región. El cambio que han sufrido nuestras prácticas alimentarias han tenido consecuencias de diversa índole:

- Han contribuido al aumento de la prevalencia de ENT, las cuales representaron el 54,5% de la mortalidad en Uruguay en el 2018².

¹ OPS (2015). Son formulaciones industriales elaboradas a partir de sustancias derivadas de los alimentos o sintetizadas de otras fuentes orgánicas, pudiendo contener pocos alimentos enteros o ninguno. Vienen listos para consumirse o para calentar y requieren poca o ninguna preparación culinaria.

² Ministerio de Salud, diciembre 2019. Mortalidad por Enfermedades No Transmisibles Uruguay.

- aumento significativo de las personas hipertensas: 30,4% en el 2006 vs. 36,6% en el año 2013 (MSP, 2015).
- Glicemias elevadas: 5.3% de la población adulta encuestada (24 a 64 años) en el año 2006, Vs. 7.6% en el año 2013 (MSP, 2015).
- Como uno de los principales factores del aumento de la prevalencia de sobrepeso por encima del promedio regional³.
 - En menores de 5 años fue de 7.7% en 2011 y ascendió a 10.5% en 2013, cuando el promedio en América Latina se ubicaba en 7.1%.
 - Niños mayores de 5 años: 20.3% tenían sobrepeso en el año 2004⁴ y ascendió a 39.4% (22% sobrepeso y 17% obesidad) en el 2019 (ANEP, 2019).
 - Prevalencia de sobrepeso y obesidad en adultos: 56.6% en 2006 y 64.9% en 2013 (MSP, 2015).
- Importantes pérdidas y desperdicios de alimentos con contaminación ambiental por desechos de cartón, cajas, embalajes, etc.

Con las cifras presentadas se visualiza que las ENT son una pandemia que existían antes del Covid-19. La situación sanitaria actual agrava el panorama porque mostró que el sobrepeso, la obesidad y las ENT crean un peor pronóstico para las personas infectadas por SARS COV 2. La pandemia está generando a nivel mundial una triple crisis (sanitaria, económica y social) combinada y asimétrica (Filgueira, Giambruno y Blofield, 2020. Editorial CEPAL).

Es de vital importancia comunicar y concientizar de manera adecuada a la población sobre la calidad nutricional de los alimentos que se consumen y educar para la correcta selección de los mismos. Sectores importantes de nuestra población no relacionan el estado de salud y enfermedad con la alimentación. El consumo de productos con exceso de calorías, grasas, azúcares y sodio, contribuyen no solo a la malnutrición por exceso sino también a la malnutrición oculta, por déficit de vitaminas, minerales, antioxidantes, importantes para el adecuado crecimiento y desarrollo.

³ FAO 2016. Panorama y la Seguridad Alimentaria y Nutricional.

⁴ Verónica Amarante, Rodrigo Arim, Cecilia Severi, Andrea Vigorito, Isabel Aldabe: *El estado nutricional de los niños/as y las políticas alimentarias*, PNUD Uruguay, 2007. Disponible en: <http://bibliotecaunicef.uy/doc_num.php?explnum_id=59>.

Tenemos presencia masiva de alimentos ultra procesados, a bajo costo, así como una publicidad invasiva que induce al hiperconsumo y que no contempla los riesgos a la salud, dando lugar a procesos de malnutrición, desigualdad y pobreza. Las ventas de estos productos en nuestro país aumentaron un 126% entre los años 2000 y 2013 (OPS, 2015), triplicándose las ventas de bebidas refrescantes y duplicándose las ventas de alimentos ultra procesados.

Esto pone de manifiesto que los alimentos han perdido el valor de alimentarnos y tienen que ser funcionales para vender y generar dinero para empresas nacionales y transnacionales a las que poco interesa nuestra salud.

La comida es cultura y en la medida en que tengamos una alimentación monótona e industrializada, perdemos identidad culinaria.

Contamos desde el año 2016 con la nueva versión de la Guía Alimentaria para la población uruguaya, que cambia de paradigma y habla de alimentación saludable, compartida y placentera y es una muy buena herramienta para realizar educación alimentaria nutricional, pero al trabajar con ella e incentivar el mayor consumo de vegetales y frutas, surge la problemática de los precios ya que lo saludable generalmente es más costoso.

Nuestro país tiene una larga historia de solidaridad; son muchas las organizaciones públicas, privadas, ONG, que trabajan en promocionar y proveer una alimentación saludable, pero se trabaja de manera aislada, cada cual desde su lugar. Faltan políticas públicas que permitan aunar y coordinar acciones, con la academia, la sociedad civil, agrupación de productores y consumidores como individuos con derechos.

La Alianza ETN, con la finalidad de cumplir con sus objetivos aspira a:

- Participar en la elaboración e implementación de políticas públicas que contribuyan a disminuir los factores de riesgo de las ENT.
- Que se legisle para evitar la publicidad de alimentos ultra procesados, principalmente dirigida a población infantil y adolescente.
- Tomando como base la Ley N° 19.140 sobre alimentación saludable, no permitir la venta de productos ultra procesados en instituciones educativas y en un radio de 100 m2 alrededor de los centros educativos.
- Que se elimine el uso de grasas trans de origen industrial en la elaboración de alimentos.
- Continuar haciendo énfasis en la importancia que tiene el etiquetado frontal de alimentos como una política efectiva para prevenir las ENT y facilitar la toma de decisiones individuales que protegen la salud. Esperamos que el Estado no continúe flexibilizando los valores del perfil de nutrientes y, por el contrario, avance hacia la adopción del perfil de nutrientes recomendado por la Organización Panamericana de la Salud. Se debe priorizar la salud de la población por sobre los intereses económicos.

- Que el Estado fiscalice el cumplimiento de las normativas que previenen las ENT, como lo es el cumplimiento del sistema frontal de advertencias o rotulado frontal de alimentos. Nuestro país tiene una larga y rica trayectoria jurídica, con muy variada normativa reconocida internacionalmente, pero lo que muchas veces fallan son los controles y a ello apelamos.
- Una mayor participación de la sociedad civil y mayor transparencia en los procesos de toma de decisión nacional y regional asegurando la idoneidad de las personas que participan en esas instancias. Que las decisiones que se tomen en materia alimentaria y de salud estén avaladas por trabajos científicos y libres de conflictos de interés.
- Que se incluya la educación alimentario nutricional y pautas de alimentación saludable en todos los niveles de la educación (primaria y secundaria), pública y privada y realizada por profesionales formados en alimentación y nutrición.
- Que se facilite el acceso y se promocióne un mayor consumo de alimentos sugeridos en la Guía Alimentaria a través de diferentes estrategias: campañas de educación al consumidor, entrega de afiches o boletines en la entrada de las grandes superficies y almacenes de barrios; ofertas semanales de frutas y verduras; promociones de compra; publicitar sus recomendaciones a través de diferentes redes sociales y medios de comunicación; programas en televisión nacional.
- Que se legisle para que todo local que venda u ofrezca alimentos o menús, tales como comedores de empresas públicas o privadas, cantinas en oficinas o locales públicos o privados; en centros de salud, quioscos, restaurantes, etc., tengan en su oferta un 10% de preparaciones o alimentos que no sean fritos, sin agregado de sodio y sin agregado de azúcar, realizado con vegetales, leguminosas; que incluyan frutas y agua. Si la oferta del lugar es inferior a 10 alimentos o preparaciones, que 1 de ellos tenga las características mencionadas.

Como consumidores, que somos todos, tenemos derechos según lo establece la Ley de Relaciones de Consumo N° 17.250: a la salud, a la información, a la protección de la publicidad engañosa y a la educación para elegir libremente, sanamente y de acuerdo a nuestra cultura alimentaria pero también tenemos responsabilidades y dentro de ellas, demandar alimentos de calidad, sanos y nutritivos y a precios accesibles.

Tiene que haber compromiso político del gobierno para lograr un sistema alimentario inclusivo, lo que requiere formular políticas públicas que promuevan acciones intersectoriales que abarquen la agricultura, el comercio, el medio ambiente, la protección social, la salud y la educación.

Por Alianza ENT
Lic. Raquel Sanchez