

**Periódico:** El Heraldo de México

**Título:** Una mala alimentación perjudica tu salud y también al PLANETA

**Subtítulo:** La comida de origen animal tiene una huella de carbono que produce el efecto invernadero

**Tema:** Alimentación

**Subtema:** Mala alimentación perjudica

**Referencia:** (24 de noviembre de 2021). Una mala alimentación perjudica tu salud y también al PLANETA. *El Heraldo de México*. Recuperado de <https://bit.ly/3m33iU6>

**Noticia:**

### **Una mala alimentación perjudica tu salud y también al PLANETA**

El 48 por ciento de la población del planeta tiene problemas de salud por exceso de comida, o por exceso de algunos componentes en su dieta habitual, como la carne, o por falta de nutrientes, reveló el Informe Mundial de Nutrición (GNR) que se publica anualmente.

Al ritmo actual el mundo no podrá cumplir con ocho de los nueve objetivos de nutrición propuestos por la Organización Mundial de la Salud (OMS) de aquí a 2025, alerta el texto.

Entre esos objetivos está reducir la malnutrición infantil o retraso en el crecimiento, así como la obesidad entre los adultos.

El informe calcula que cerca de 150 millones de niños menores de cinco años presentan deficiencias de crecimiento, más de 45 millones están malnutridos y casi 40 millones sufren de sobrepeso. Además, más del 40 por ciento de los adultos (2.200 millones de personas) sufren de sobrepeso o de obesidad.

“Las muertes previsibles a causa de dietas desequilibradas han crecido un 15 por ciento desde 2010 y las dietas desequilibradas son responsables de una cuarta parte de todas las muertes de adultos en la actualidad”, declaró Renata Micha, responsable del Grupo de Expertos Independientes del GNR, a AFP.

“Nuestras investigaciones mundiales muestran que nuestras dietas no han mejorado en los últimos diez años y ahora representan una amenaza para todo el planeta”, explicó.

El informe evidencia que las personas en los países de bajos ingresos no se alimentan con suficientes verduras ni frutas.

En los países ricos, el problema es el exceso de carnes rojas, lácteos y bebidas con edulcorantes.

El consumo de comida hiperprocesada ha aumentado. La carne roja y procesada ya representa a la semana cinco veces más que la recomendación máxima.

El informe también destaca que los actuales objetivos nutricionales de la OMS no mencionan la dieta, con la excepción de la recomendación de evitar el exceso de sodio.

¿Cuál es la relación entre la comida y el planeta?

Por otro lado, el GNR calcula que la demanda mundial de comida provocó en torno al 35 por ciento de emisiones de gases de efecto invernadero en 2018.

“La comida de origen animal tiene una huella de carbono por producto más elevada que la comida de origen vegetal”, explica el texto. La ganadería es particularmente responsable en esa situación.

El GNR calcula que se necesitaría un presupuesto anual de 4 mil millones de dólares hasta 2030 para combatir la malnutrición, el retraso de crecimiento, la anemia maternal y para cumplir con los objetivos de lactancia materna. (sic)

**Contenido:**

Un poco menos de la mitad de población del planeta tiene problemas de salud por exceso de comida, la cual repercute en la demanda mundial de comida que es la causante del 35% de emisiones de gases de efecto invernadero

**Responsable:** Cynthia Guadalupe Hernández Rojas