

TEMA: Alimentación

SUBTEMA: Muertes mala alimentación

REFERENCIA: El Demócrata. (21 de enero de 2020). Mala alimentación causa 70 por ciento de muertes en México. Recuperado de <https://bit.ly/2VcqTEg>

NOTA:

### **Mala alimentación causa 70 por ciento de muertes en México**

En México, 70 por ciento de las muertes se deben a padecimientos provocados por la mala alimentación, por lo que el nuevo etiquetado de advertencia ayudará al reto de hacer más saludable la alimentación en el país, señalaron especialistas nutriólogos.

En el marco del Día Nacional del Nutriólogo, que se celebrará el 27 de enero, los especialistas en la materia de la Universidad del Valle de México apuntaron que la colocación de sellos octagonales ayudará a la labor de los nutriólogos para explicar a las personas qué alimentos no deben consumir.

Muchas veces, se les dice a los pacientes qué no deben comer, como por ejemplo el sodio en personas con hipertensión, pero no son conscientes en que otros alimentos pueden encontrar ese elemento, explicaron en un comunicado.

“El paciente dice, ya no voy a consumir sal, pero voy a comprar jamón, salchicha, quesos, verduras enlatadas y, a final de cuentas, cuando leemos la lista de ingredientes encontramos al sodio disfrazado”, indicaron.

Los especialistas comentaron que el siguiente paso corresponde a las instituciones educativas, las cuales tienen el trabajo de difundir de manera clara y con fundamento los riesgos en el consumo de los productos con señalamientos de advertencia

“Las universidades tenemos un impacto muy fuerte, nosotros somos formadores de profesionales en el área de la salud, (...) todo esto va a derivar en educación a nivel poblacional, nosotros tenemos un impacto muy fuerte porque, además, trabajamos a nivel comunitario”.

**COMENTARIO:**

La mala alimentación en México es una de las principales causas de muerte en la población, y esta deriva de las limitaciones económicas, sociales y culturales que impiden realizar un consumo consciente y responsable a la hora de comer. La desigualdad económica en nuestro país genera que el acceso a servicios de salud, como un especialista en nutrición, no estén al alcance de toda la población, además de que el etiquetado de productos no contribuye eficientemente a la hora de informar respecto a lo que se va a ingerir, pues incluso contando con la intervención profesional de un nutriólogo, la etiqueta puede ser engañosa respecto al contenido del producto y sus aportes nutricionales.

La colocación de sellos octagonales tiene como fin advertir a los consumidores sobre el exceso de calorías, azúcares, sodio, grasas saturadas y grasas trans que contiene el alimento, lo que ayudará a los especialistas a explicar el contenido calórico o nutricional del producto de una manera más sencilla y digerible, pues es una representación visual más clara y comprensible que permitirá mejorar nuestros hábitos alimenticios, además de prevenir o controlar padecimientos relacionados con una mala alimentación.

**RESPONSABLE**

Cynthia Guadalupe Hernández Rojas