

Ya sea por exceso o por defecto en la alimentación, la malnutrición conduce a serios problemas de salud en el presente y en el futuro, con importantes consecuencias para las economías de los países que la padecen.



Tal consumo de alimentos anormal y desequilibrado, que se manifiesta como obesidad o desnutrición, hace que América Latina y el Caribe tenga ante sí el reto de revertirlo para evitar baja productividad y altos gastos en salud con efectos negativos en su desarrollo económico.

Por ello debe fomentar sistemas alimentarios saludables que pongan el énfasis en los más pobres para que los alimentos que consumen, y que se llevan buena parte de sus ingresos sean, cuando menos, sanos y nutritivos.

Las cifras son abrumadoras: 105 millones de personas obesas, un 24 por ciento de la población del continente, que se coloca así a la cabeza de la ingesta excesiva de calorías en todo el mundo.

Mientras tanto, el hambre, la otra cara de la malnutrición, ha crecido un 11 por ciento desde 2014 y afecta ya a 42,5 millones de latinoamericanos.

Más sobrepeso y obesidad en adultos

El nuevo informe de Naciones Unidas, el Panorama de la seguridad alimentaria y nutricional 2019, plantea que la obesidad en adultos en América Latina y el Caribe se ha triplicado desde 1975, por un mayor consumo de comida rápida y ultraprocesada.

Sobre esa base la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), la Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud (OPS/OMS), el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia y el Programa Mundial de Alimentos han llamado a promover entornos alimentarios más saludables.

Datos aportados por esas cuatro agencias indican que el incremento más considerable de la obesidad en adultos se observa en el Caribe, donde el porcentaje se cuadruplicó, pasando de

760 mil a 6,6 millones de personas.

'El explosivo aumento de la obesidad ?que afecta a 105 millones de personas, prácticamente el doble del nivel global ? no sólo tiene enormes costos económicos, sino que amenaza la vida de cientos de miles de personas', precisa en el informe el representante regional de la FAO, Julio Berdegú.

En la mayoría de los indicadores de malnutrición relacionados con la ingesta excesiva de calorías, Latinoamérica está peor que el resto del mundo: el sobrepeso se ha duplicado desde la década de los 70, al estar presente en el 59,5 por ciento de los adultos, mientras que a nivel global la tasa es 20 puntos porcentuales menor.

Con esas cifras se disparan las alarmas ya que según el Panorama, cada año 600 mil personas mueren en América Latina y el Caribe debido a enfermedades relacionadas con la mala alimentación y la obesidad, como diabetes, hipertensión y enfermedades cardiovasculares.

Eso explica que la alimentación inadecuada esté asociada con más muertes que cualquier otro factor de riesgo, algo que amenaza a nuestras futuras generaciones, ya que la obesidad tanto en la niñez como en la adolescencia se ha triplicado.

Pobreza y malnutrición

En el Panorama de la seguridad alimentaria y nutricional 2019 se afirma que los pobres son quienes más sufren esta situación, ya que hoy para este grupo de población puede resultar más caro comer sano que comer mal.

Los ingresos de las familias y el costo de los alimentos determinan la cantidad, variedad y calidad de los alimentos a los que acceden las personas. En otras palabras, el poder adquisitivo de los hogares influye en su capacidad para cubrir las necesidades calóricas y nutricionales de mantener una vida saludable y activa.

Por lo tanto, los aumentos en los ingresos de los hogares pueden mejorar el acceso a alimentos inocuos y nutritivos.

Por el contrario, altos niveles o cambios abruptos de los precios de los alimentos pueden afectar la cantidad y calidad de la dieta a la que accede un determinado hogar.

En el extremo opuesto están las personas subalimentadas, las que viven en pobreza extrema y en la que los ingresos de los hogares son insuficientes para adquirir una canasta básica alimentaria, que permita cubrir las necesidades nutricionales, es decir, las calorías mínimas para llevar una vida sana y activa.

En esas condiciones están hoy, según estimaciones de la CEPAL, 63 millones de personas en la región, lo cual muestra un deterioro en la población desde 2014.

'En este escenario de deterioro del panorama económico y de aumento de la pobreza es

esperable que la subalimentación también haya crecido desde la mitad de la década', señalan las cuatro agencias y advierten de un aumento preocupante del hambre.

Así, ese flagelo alcanzaba a 42,5 millones de latinoamericanos en 2018, su punto más alto de la última década.

Con este escenario de malnutrición la región ha empezado a reaccionar con una serie de políticas públicas: programas de protección social, alimentación escolar, sistemas públicos de abastecimiento y comercialización de alimentos y acciones que promueven la inocuidad y calidad de los alimentos

'Si expandimos los programas de protección social en nuestra región, enfrentaríamos mejor la doble carga que el hambre y la obesidad representan para comunidades y familias', dijo el director regional del Programa Mundial de Alimentos, Miguel Barreto. 'Son dos caras de la malnutrición'.

Fuente: PRENSA LATINA
