

ANTES LA PAUSA QUE REFRESCA HOY LA CAUSA DEL SOBREPESO

BUEN DÍA TENGAN, ESTIMADOS RADIOESCUCHAS DEL PROGRAMA RUMBO Y TRASCENDENCIA.

ANTES LA PAUSA QUE REFRESCA, HOY LA CAUSA DEL SOBREPESO, MÉXICO ES ACTUALMENTE EL SEGUNDO LUGAR MUNDIAL EN OBESIDAD Y EL PRIMERO EN OBESIDAD INFANTIL.

EL INSTITUTO NACIONAL DE SALUD PÚBLICA, DESDE LA PUBLICACIÓN DE SU ENCUESTA DE SALUD Y NUTRICIÓN DE 2006, HA DADO LA VOZ DE ALERTA SOBRE EL INCREMENTO EXPONENCIAL DE LAS TASAS DE SOBREPESO Y OBESIDAD EN MÉXICO, YA QUE EL 70 POR CIENTO DE LOS ADULTOS MEXICANOS LA PADECEN. ESTE INCREMENTO SE HA AGRAVADO EN NIÑOS EN EDAD ESCOLAR, AUMENTANDO DE 18.4 POR CIENTO EN 1999 A 26.2 POR CIENTO EN 2006.

PARA BUSCAR COMBATIR LA OBESIDAD Y SUS COMPLICACIONES, EL GOBIERNO FEDERAL PRESENTÓ EL ACUERDO NACIONAL PARA LA SALUD ALIMENTARIA: ESTRATEGIA CONTRA EL SOBREPESO Y LA OBESIDAD. CON BASE EN DICHO ACUERDO, LA SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA, CON APOYO DE LA SECRETARÍA DE SALUD, HA PROPUESTO -DESPUÉS DE UNA AMPLIA CONSULTA CON EXPERTOS- LOS LINEAMIENTOS GENERALES PARA EL EXPENDIO DE ALIMENTOS Y BEBIDAS EN LAS ESCUELAS DE EDUCACIÓN BÁSICA, QUE PRETENDEN PROMOVER UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN EL ENTORNO ESCOLAR.

LA ESTRATEGIA MUNDIAL DE LA ORGANIZACIÓN DE LA SALUD (2004) PROPONE: "PARA PROTEGER LA SALUD DE LOS ESCOLARES, LA ESCUELA DEBE PROMOVER UNA ALIMENTACIÓN SANA, ASÍ COMO LA ACTIVIDAD FÍSICA, POR LO QUE SE ALIENTA A LOS GOBIERNOS A QUE LIMITEN LA

DISPONIBILIDAD DE PRODUCTOS CON ALTO CONTENIDO DE SAL, AZÚCAR Y GRASAS.”

LOS LINEAMIENTOS PROMUEVEN EL USO DE AGUA POTABLE COMO PRINCIPAL BEBIDA HIDRATANTE, ASÍ COMO EL CONSUMO DE FRUTAS Y VERDURAS. DE MANERA COMPLEMENTARIA, SE PROPONE DESESTIMULAR EL CONSUMO DE ALIMENTOS “CHATARRA”, ESTO ES BEBIDAS ENDULZADAS (REFRESCOS, JUGOS, NÉCTARES Y OTRAS QUE CONTIENEN ENDULZANTES CALÓRICOS) ASÍ COMO PRODUCTOS CON ALTA DENSIDAD DE ENERGÍA (BOTANAS, GALLETAS, PASTELILLOS, ETCÉTERA).

PARA ALCANZAR ESTE OBJETIVO, LOS LINEAMIENTOS DEFINEN CIERTAS CARACTERÍSTICAS DE LOS ALIMENTOS, ENTRE ELLAS, SEÑALAR LOS LÍMITES DEL CONTENIDO DE CALORÍAS PARA LOS PRODUCTOS (275 KILO CALORÍAS/100 GRAMOS) Y RECOMENDAR LA REDUCCIÓN GRADUAL DE GRASAS DE RIESGO, AZÚCARES AÑADIDOS Y SODIO EN LOS ALIMENTOS CONSUMIDOS POR LOS NIÑOS; DE ACUERDO A LAS RECOMENDACIONES DE LA ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD (OMS) Y OTROS ORGANISMOS INTERNACIONALES.

EXPERTOS DE LA OMS Y EL WORLD CANCER RESEARCH FUND, AFIRMAN QUE HAY SUFICIENTE EVIDENCIA CIENTÍFICA PARA ARGUMENTAR QUE EL RIESGO DE OBESIDAD AUMENTA CON EL CONSUMO DE BEBIDAS AZUCARADAS, ENTRE ELLAS LA COCACOLA, LA QUE EN SÓLO UNA LATA DE 355 ML. APORTA 148 KILO CALORÍAS.

ES IMPORTANTE MENCIONAR, QUE MÉXICO OCUPA EL SEGUNDO LUGAR MUNDIAL EN EL CONSUMO DE REFRESCOS Y EL PRIMERO EN REFRESCOS DE COLA; DONDE LAS EMPRESAS QUE FABRICAN BEBIDAS GASEOSAS GANAN 15 MIL MILLONES DE DÓLARES ANUALES, PESE A LA

CRISIS ALIMENTARIA, Y EN EL PRIMER TRIMESTRE DEL AÑO EL CONSUMO DE ESTOS PRODUCTOS AUMENTÓ 11 %. LOS MEXICANOS CONSUMIMOS 160.1 LITROS DE REFRESCO POR PERSONA POR AÑO. EN DONDE LAS BEBIDAS ENDULZADAS REPRESENTAN EL 27.8 % EN ADULTOS Y EL 20.7 % DEL CONSUMO DIARIO DE CALORÍAS EN NIÑOS PRE-ESCOLARES Y ESCOLARES. NO ES RARO VER EN NUESTRAS CALLES A NIÑOS DE BRAZOS, INDIGENTES, CON MAMILAS DE AGUAS OSCURAS EN LUGAR DE LECHE. ¿SERÁ POR ESO QUE SE LE HA BAUTIZADO A LA COCACOLA COMO “LAS AGUAS NEGRAS DEL IMPERIALISMO YANQUI”?

EL INSTITUTO NACIONAL DE SALUD PÚBLICA (INSP), ASEGURA QUE EL CÁLCULO DE LOS REQUERIMIENTOS DE ENERGÍA DURANTE EL REFRIGERIO DE LA ESCUELA ESTÁ BASADO EN EVIDENCIA CIENTÍFICA PUBLICADA, TANTO PARA LAS CALORÍAS TOTALES COMO PARA LOS NIVELES DE ACTIVIDAD FÍSICA. ADEMÁS, CONSIDERA QUE EL REFRIGERIO ESCOLAR EN MÉXICO NO ES UNA COMIDA PRINCIPAL, POR LO CUAL HAY QUE ASIGNARLE MENOS CALORÍAS.

LAS COMBINACIONES DE ALIMENTOS SUGERIDOS EN LOS LINEAMIENTOS, ESTÁN BASADAS EN UNA NORMA MEXICANA, CONOCIDA COMO EL “PLATO DEL BIEN COMER”. LA ACADEMIA NACIONAL DE MEDICINA DE MÉXICO, LA ACADEMIA MEXICANA DE PEDIATRÍA Y OTROS CUERPOS ACADÉMICOS, ASEGURAN QUE EN LA ELABORACIÓN DE LOS LINEAMIENTOS, LA SSA Y LA SEP, UTILIZARON LA MEJOR EVIDENCIA CIENTÍFICA DISPONIBLE, APEGADA A LAS RECOMENDACIONES DE LA ESTRATEGIA MUNDIAL DE LA OMS Y DE OTROS ÓRGANOS INTERNACIONALES DE PREVENCIÓN DE LA OBESIDAD. LOS LINEAMIENTOS PRESENTAN UNA NORMATIVIDAD BASADA EN EVIDENCIA CIENTÍFICA Y EN LAS PRÁCTICAS DE SALUD PÚBLICA E INTRODUCE UN PRINCIPIO DE ORDEN EN LA ALIMENTACIÓN.

UN EJEMPLO DEL DESORDEN ALIMENTICIO, LO ES LA DIABETES MELLITUS, QUE SE HA CONVERTIDO EN UN GRAVE PROBLEMA DE SALUD Y LA PRIMERA CAUSA DE MUERTE EN MÉXICO DONDE EL 90 % DE LOS ENFERMOS TIENE SOBREPESO. ESTÁ CONSIDERADA COMO LA PANDEMIA DEL SIGLO XXI. MÉXICO EN 2010 REGISTRÓ, 72 MIL 449 CASOS, EL 14 % DEL TOTAL DE LOS DECESOS EN ESE AÑO. ADEMÁS, EL COSTO DEL TRATAMIENTO DE LA ENFERMEDAD Y SUS COMPLICACIONES, EL INSTITUTO NACIONAL DE SALUD PÚBLICA LO ESTIMA EN 430 MILLONES DE DÓLARES AL AÑO, CON UN GRAN IMPACTO SOBRE LA ECONOMÍA FAMILIAR.

ATENDER LA SALUD DE LA POBLACIÓN ES UNA GARANTÍA CONSTITUCIONAL CONTEMPLADA EN EL TERCER PÁRRAFO DEL ARTÍCULO 4º., CON UNA DOBLE CARACTERÍSTICA: SER UNA GARANTÍA INDIVIDUAL DE IGUALDAD, PERO TAMBIÉN UNA GARANTÍA SOCIAL, LA PRIMERA, EN CUANTO A LA CAPACIDAD DE DEMANDAR LA ATENCIÓN IGUALITARIA DE LOS SERVICIOS PÚBLICOS DE SALUD Y LA SEGUNDA, QUE OBLIGA AL ESTADO A HACER TODO LO NECESARIO PARA GARANTIZAR LA SALUD DE LA POBLACIÓN, CUANDO SE PRESENTAN CASOS DE ENFERMEDADES RELEVANTES COMO EL DE LA DIABETES MELLITUS, EJERCIENDO SUS ATRIBUCIONES LEGALES PREVISTAS EN LA LEY GENERAL DE SALUD, CUYO ANTECEDENTE ES EL CÓDIGO DE SALUD DE 1891. OBLIGACIÓN QUE SE COMPARTIÓ POR LOS PODERES EJECUTIVO, LEGISLATIVO Y JUDICIAL, Y LOS TRES NIVELES DE GOBIERNO: FEDERAL, ESTATAL Y MUNICIPAL.

LES AGRADEZCO SU ATENCIÓN Y LOS INVITO A VOLVERNOS A ESCUCHAR LA PRÓXIMA SEMANA.

(28 DE MARZO DE 2011)