



### TLC aumenta malnutrición en los colombianos

Por: Jhon Jairo Bejarano Roncancio, profesor titular, Departamento de Nutrición Humana de la Facultad de Medicina - Universidad Nacional de Colombia

**Cuatro años después de entrar en vigor el acuerdo comercial con Estados Unidos, urge implementar políticas de salud pública e información que protejan al consumidor y garanticen la seguridad alimentaria y nutricional, o reevaluar las existentes, para cumplir con el derecho a una alimentación saludable.**

Colombia enfrenta un reto de transición nutricional, debido a la importación de cientos de productos ultraprocesados, formulaciones listas para consumir, basadas en sustancias refinadas, con una cuidadosa combinación de azúcar, sal, grasa y varios aditivos, entre los que se encuentran bebidas azucaradas, *snacks* y comidas rápidas.

Productos de este tipo han ingresado al país desde hace varios años. En 2010, la Encuesta Nacional de Situación Nutricional en Colombia evidenció que el 15,2 % de los colombianos, entre 5 y 64 años, consume diariamente alimentos de paquete, un 22,1 % gaseosas o refrescos y un 36,6 % golosinas o dulces.

Un año antes, según la Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos ENIG (2009), casi la mitad de las calorías compradas en los hogares colombianos se derivó de ingredientes culinarios elaborados (28,4 %) y de alimentos y bebidas ultraprocesados (16,8 %). Una realidad que contrasta con otra no menos preocupante, apenas el 22 % de los colombianos consume frutas enteras diariamente, según el Perfil Nacional de Consumo de Frutas y Verduras, publicado por el Ministerio de Salud y Protección Social, y la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO).

Esta situación influyó en el tipo y calidad de la dieta y por consiguiente en la composición corporal de los individuos (transición nutricional), y podría agudizarse con la entrada en vigor, hace cuatro años, del Tratado de Libre Comercio firmado con Estados Unidos.

Las estadísticas empiezan a comprobarlo. En el primer semestre de 2013, el DANE registró compras nacionales por valor de 238 millones de dólares en alimentos y bebidas, destinados al consumo de los hogares, y 874,8 millones de dólares en alimentos procesados.



De igual manera, un informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS), dado a conocer en 2015, reveló que las compras de comida rápida per cápita aumentaron casi un 40 % entre 2000 y 2013 en América Latina. Con base en datos de los 13 países estudiados, estas se incrementaron en un 100 %, o más, en Bolivia, Chile Costa Rica, República Dominicana, Perú y Colombia.

### **Económicos pero nocivos**

Los productos ultraprocesados se caracterizan por poseer un alto contenido de calorías, algunos, colesterol y grasas trans (cuando se agrega hidrógeno al aceite vegetal), que afectan la salud cardiovascular. Este último y otros ingredientes como aditivos químicos permitidos se añaden para potenciar el sabor y conservar el producto. Además proporcionan color, sabor artificial y textura; de esta manera se favorecen propiedades especiales para el consumo. Así pues, son muy pocos los que aportan grasas de buena calidad, fibra (de origen vegetal) o sustancias aprovechables para el ser humano.

Sumado a la modificación en los hábitos nutricionales, factores como el sedentarismo han provocado además una transición epidemiológica, con alta prevalencia de enfermedades crónicas y degenerativas, como obesidad, diabetes, hipertensión arterial, algunos tipos de cáncer y enfermedad cardiocerebrovascular, todas asociadas con estilos de vida no saludables. Estudios científicos han demostrado la fuerte asociación entre el consumo de productos ultraprocesados y estas afecciones que perjudican de forma prematura a los adultos jóvenes, entre los 18 y 25 años.

Con respecto a los precios, los productos ultraprocesados importados y los que ingresan por el tlc son más económicos que los regionales, lo cual genera una competencia inestable en el mercado interno. El problema principal radica en que pueden ser menos costosos que algunos alimentos saludables, como las frutas. Además, son comercializados en supermercados, tiendas y espacios públicos, cuentan con grandes tamaños de porción, largos períodos de conservación, fácil transporte y manipulación.

### **El caso mexicano**

La etapa de transición nutricional por la que atraviesa Latinoamérica ha sido más acelerada en México, en particular desde 1994 con la entrada en vigor del TLC con América del Norte (TLCAN).



Durante las últimas dos décadas, la obesidad en mujeres mexicanas pasó de 34 % a 73 %, mientras que la desnutrición crónica en menores de cinco años es de 13,6 %, cuando debería encontrarse por debajo de 2,5 %.

Uno de los fenómenos más significativos fue la industrialización de la lactancia materna, pues de un 22 % de mujeres que amamantaban, ahora solo el

14 % alimentan de esta forma a sus hijos. Igualmente, el consumo de refrescos, endulzados con jarabe de maíz de alta fructuosa, aumentó un 37 % durante este periodo.

Otra preocupante consecuencia de estos cambios es el sobrepeso y la obesidad en niños, que aumentó el 40 %; igualmente padecen hipertensión o tienen alteraciones en el metabolismo por los carbohidratos e hipertrigliceridemia (trastorno heredado que aumenta el nivel de triglicéridos). Según la OMS, el año pasado este país ocupó el primer lugar en obesidad infantil y segundo, después de Estados Unidos, en adultos.

Ante esta situación, el país diseñó el Reglamento de Control Sanitario de Productos y Servicios. Además, se fundamentó en el Plan Nacional de Desarrollo 2013-2018, que alerta sobre los niveles muy elevados de sobrepeso, obesidad, diabetes e hipertensión en todos los grupos de la población, y en la urgencia de proteger a los niños mexicanos, particularmente en edad escolar, en riesgo de desarrollar enfermedades crónicas no transmisibles.

Por tanto, el objetivo del reglamento es reducir la exposición a productos con muy alta densidad calórica, las bebidas azucaradas, ya que México es el primer consumidor mundial de estos productos.

### **Lecciones para Colombia**

Teniendo como ejemplo la experiencia mexicana, se debe prestar atención a lo que podría suceder con la salud futura y el estado nutricional de los colombianos, pues existe el riesgo de que se agrave la situación. Especialmente, si se tiene en cuenta que la regulación sobre rotulado e información del contenido nutricional de los productos no es pedagógica para la lectura y el conocimiento del consumidor.

Por otra parte, en el marco de los sistemas alimentarios de abastecimiento se encuentran los productos tradicionales-culturales (frescos en plazas de mercado) y los modernos que coexisten y evolucionan con la urbanización y la globalización. Aunque estos sistemas



## Sala de Prensa

mixtos ofrecen variedad de alimentos, también favorecen la venta masiva y modificación en el comportamiento de compra de ultraprocesados, (que contribuyen al exceso de peso, si se consumen en abundancia) de la canasta familiar.

Ante este desfavorable panorama, se necesita claridad del costo-beneficio, además de herramientas para identificar y entender el tipo de ingredientes y su contenido nutricional, fijados en la etiqueta. De esta manera, el consumidor podrá tomar la decisión de compra-consumo y aprovechamiento biológico de los ultraprocesados, así como el fortalecimiento del marco regulatorio comercial de protección al consumidor basado en evidencia científica.

Las manifestaciones del tlc son reales, plantean un problema obesogénico (relacionado con ambientes sedentarios y el consumo de alimentos muy energéticos) que debe enfrentarse con intervenciones sanitarias colectivas de la autoridad competente.

Edición:

[UN Periódico Impreso No. 197](#)

Diario UN Periódico , Marzo de 2016, Página 6.