



**Políticas de alto impacto para reducir consumo de alimentos ultraprocesados y promover una alimentación saludable: un camino necesario para la prevención de obesidad y enfermedades crónicas.**

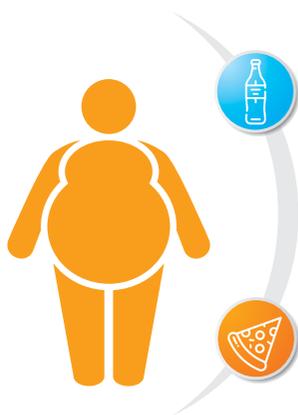
Dr. Simón Barquera



Salud Metabólica

Recientemente se publicó en la revista Lancet Global Health el artículo: *Hacia la implementación unificada de políticas de alto impacto para reducir el consumo de ultraprocesados y promover una alimentación saludable*<sup>1</sup>, un editorial de autoría internacional liderado por el Dr. Barry Popkin de la Universidad de North Carolina en Chapel Hill. Estos esfuerzos son indispensables para lograr que los profesionales de la salud tengan mejores resultados en el tratamiento de la obesidad. En la actualidad, el apego y control nivel individual es muy pobre en gran parte debido al ambiente obesogénico, un aspecto que se debe modificar con políticas y esfuerzos de salud pública. A continuación, se presenta un resumen del mismo en español destacando las políticas que han demostrado tener un impacto para mejorar la nutrición a nivel poblacional alrededor del mundo y la necesidad de diseminar esfuerzos similares en otros países.

## Contexto.



En los últimos 30 años, se ha observado en todos los países de bajos y medianos ingresos (LMIC, por sus siglas en inglés), **un aumento sin precedentes en las prevalencias de sobrepeso, obesidad y enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT)**, incluso en zonas rurales donde lamentablemente la desnutrición sigue coexistiendo. Desde 2010, diversos LMIC han implementado acciones para reducir la morbilidad y mortalidad de ECNT como recomienda la OMS y en línea con los Objetivos de Desarrollo Sostenible a través de acciones para disminuir el consumo de azúcares añadidos, sodio, grasas no saludables y en general, productos ultraprocesados (PU); esto a través de políticas como las fiscales, regulaciones de la mercadotecnia de PU especialmente la dirigida a población infantil, regulación de productos consumidos en escuelas y fijación de límites de contenido de sodio o grasas trans en PU. Estas políticas nacionales son de alto impacto y tienen el poder de modificar sustancialmente el entorno alimentario y afectar las decisiones de compra y consumo de millones de personas, previniendo el alto consumo de PU y así combatir las ECNT.

**La industria de productos comestibles ultraprocesados -conocidos como productos chatarra- ha buscado internacionalmente detener, retrasar o debilitar estas políticas a través de financiamientos académicos, regulaciones voluntarias, e incluso amenazas hacia miembros de las organizaciones civiles que abogan por un ambiente alimentario saludable.**



## El rol de los PU

Los productos ultraprocesados han sido señalados en todo el mundo como precursores de ECNT y son caracterizados por su alta densidad energética y casi nulo valor nutricional. Actualmente, forman parte de la dieta mundial y en algunos países aportan más de la mitad de la energía consumida por día como es el caso de EE.UU., Canadá y el Reino Unido. Además, los LMIC se han convertido en mercados nuevos para compañías multinacionales y transnacionales que han comenzado a crecer de manera muy rápida en los últimos años reemplazando la alimentación tradicional.

**Dado el peligro que representa el alto consumo de éstos, es urgente que los países implementen medidas que modifiquen el entorno alimentario, recordando que cada una funciona por sí sola pero unificadas el impacto es mayor. A continuación, se describen algunas que han demostrado funcionar de mejor manera al implementarse conjuntamente.**

## Políticas fiscales



Este tipo de medidas son aplicadas a bebidas azucaradas y productos de alta densidad energética que se pueden adoptar bajo diferentes diseños (valor agregado, porcentaje al valor o un valor fijo), distintos montos de impuesto, y basar este valor bajo distintos conceptos (densidad del azúcar, volumen o precio base). Dependiendo del diseño de la política, esta se puede ajustar a inflaciones o puede cubrir una mayor cantidad de productos. México, en 2014, adoptó un impuesto de 1 peso por litro a bebidas azucaradas y del 8% a productos con alta densidad calórica, y se convirtió en el primer país en evaluar formalmente el impacto de estas políticas. Hoy en día existen más de 35 países que han demostrado su efectividad.

## Etiquetado de advertencia

Durante años se ha estudiado y probado la efectividad de las etiquetas de advertencia en los productos de tabaco, posicionándose como una herramienta clave dentro del sistema alimentario para advertir a los consumidores sobre el daño de PU, tanto bebidas como alimentos, y desincentivar su consumo. Chile fue el primer país que adoptó este etiquetado con un impacto sobre el consumo de PU y motivando a otros países a su implementación, como Israel, México y Perú donde el etiquetado ya se observa en los productos, y otros países donde pronto se podrá observar como Brasil y Uruguay. Además, Chile ha documentado efectos del etiquetado sobre reformulación, actitudes de consumo, y potencialmente en las normas de consumo de la población infantil, sin afectar los empleos o salarios de trabajadores de la industria alimentaria. Asimismo, el perfil de nutrientes que fija determina si un producto o no es saludables sirve como base para otras políticas como venta de productos en escuelas y regulaciones de mercadotecnia, estos perfiles pueden irse ajustando con los años, aumentando su impacto positivo sobre la salud.



## Políticas alimentarias en escuelas



Los desayunos o refrigerios escolares representan muchas veces una oportunidad única de alimentación saludable para poblaciones de LMIC. Además, el ambiente escolar define muchas de las perspectivas que los niños tienen sobre la vida, donde la mercadotecnia y los desayunos que reciben forman parte de este ambiente. Países como Brasil han prohibido la mercadotecnia de UP en las escuelas, sin embargo, aún está pendiente su evaluación. Otras medidas de apoyo son la prohibición de la venta de estos productos, o su inclusión en los desayunos escolares o máquinas expendedoras.





## Campañas en medios

Pocos países han desarrollado campañas de impacto en medios para explicar a la población las políticas alimentarias, sin embargo, es clave que exista una campaña liderada por los gobiernos de cada país.

## Neutralizar y minimizar la interferencia de la industria en las políticas de salud

La mayoría de los países requieren de un consorcio que de manera sistemática estudie, identifique, exponga y neutralice la interferencia de la industria en las políticas de salud. Existen muchos ejemplos de cómo la industria alimentaria interfiere con estas políticas a través de autorregulaciones que, comparadas con las políticas gubernamentales, son más laxas, utilizan criterios más flexibles y su implementación es inconsistente. Además, la industria ha creado grupos académicos que niegan la relación de los PU con las ECNT o realizan acciones que lejos de ayudar a la población, la ponen en riesgo como la donación de fórmulas infantiles o PU ante la pandemia de COVID-19. En México se ha creado el NUTRICOI que busca prevenir esta interferencia de la industria en la salud.



### ¿Cuál es el futuro?

Aún estamos en el proceso de comprender cómo mejorar el entorno alimentario, sin embargo, las políticas descritas se han impuesto como una alternativa que en conjunto tiene un impacto positivo sobre las decisiones de compra y consumo de la población, y se espera continuar evaluando sus efectos. Si bien, a la par es necesario la promoción de una alimentación saludable, se considera necesario, primero frenar el excesivo consumo de PU que continúa creciendo de manera acelerada en LMIC. Esto a su vez, tiene efectos positivos no solo en ECNT sino en la desnutrición y el cambio climático. Podría pensarse que aún se requiere más evidencia sobre el efecto de estas políticas, sin embargo, la obesidad y ECNT continúan avanzando y se requiere acción inmediata ante ellas.

## Bibliografía.

1. Popkin BM, Barquera S, Corvalan C, et al. Towards unified and impactful policies to reduce ultra-processed food consumption and promote healthier eating management in adults and children with severe complex obesity. (Lancet Diabetes Endocrinol).2021;9 (7):462-470



En el tratamiento del sobrepeso y la obesidad...



# Cambie la Historia Trátela Seriamente

nuevo

IFA  
**acxion**<sup>®</sup>  
Fentermina  
6.4 mg

8

La FENTERMINA

No. **1**

más prescrita  
en México.<sup>1</sup>

## Dosis bajas... ¡justo en el momento!



Reg. No. 528M2001 SSA III

No. de Aviso: 0

Atención a clientes:  
800-7199604  
800-7199605

[www.ifaceltics.com.mx](http://www.ifaceltics.com.mx)

#CambiaHistoria

1. IQVIA. PMM Retail CT. A08A. Data (SOSI), Ene, 2021

#ObesidadSeriamente

INFORMACIÓN EXCLUSIVA PARA EL PROFESIONAL DE LA SALUD

ifa  
CELTICS<sup>®</sup>  
un equipo por la vida

Salud Metabólica