

ULTRA PROCESADOS

UNA NUEVA PLAGA EN AMÉRICA LATINA

La comida ultraprocesada amenaza al centro de origen de alimentos de la humanidad.

La alimentación en América Latina está cambiando. La región que gracias a la agricultura indígena dio al mundo el maíz, cacao, ají, tomate, papas y frijoles, multiplica hoy en las esquinas de sus ciudades, en los hogares, en las fiestas de cada pueblito, escenas de comensalidad industrial. Las bebidas azucaradas se consumen desde el desayuno a la cena y también en las escuelas en tamaño extragrande. Los productos instantáneos están reemplazando recetas que son patrimonio de la humanidad.

Y el resultado es devastador. En nuestro continente el 58% de la población tiene sobrepeso. Entre ellos cuatro millones de niños menores de cinco años. Para 2030 se espera que el 30% de la población sea obesa y que las nuevas generaciones tengan la esperanza de vida acortada entre cinco y diez años.

La situación es crítica en todos los sectores pero, como si fuera una maldición dispuesta a acabar con los centros de origen de la alimentación, son los indígenas los que están en la primera línea de esta guerra que empieza en los paladares y termina en los territorios.

Los niños indígenas son las primeras víctimas en la línea de fuego: En la comunidad Capirendita en Villa Montes, municipio del Chaco tarijeño, al sur de Bolivia, el país con más población indígena de la región, la diabetes entre menores de edad se hizo común.

La diabetes que tienen los niños de esta comunidad no es la diabetes tipo 1: una enfermedad autoinmune y congénita, sino la tipo 2, que hasta hace unos años se describía como la diabetes adquirida del adulto. Una disfunción que era desconocida entre los indígenas, más entre los menores de edad.

La padecían algunas personas en las ciudades desarrolladas, pero luego de toda una vida de excesos. Hoy, según la Federación Internacional de Diabetes (FID), esta forma de diabetes se está convirtiendo en una epidemia que afecta a los hispanos de un modo particular (tienen 1,5 veces más posibilidades de morir a causa de esa enfermedad que los blancos no hispanos) y a los indígenas más que a ningún otro grupo, con estadísticas que duplican a la de otros pueblos.

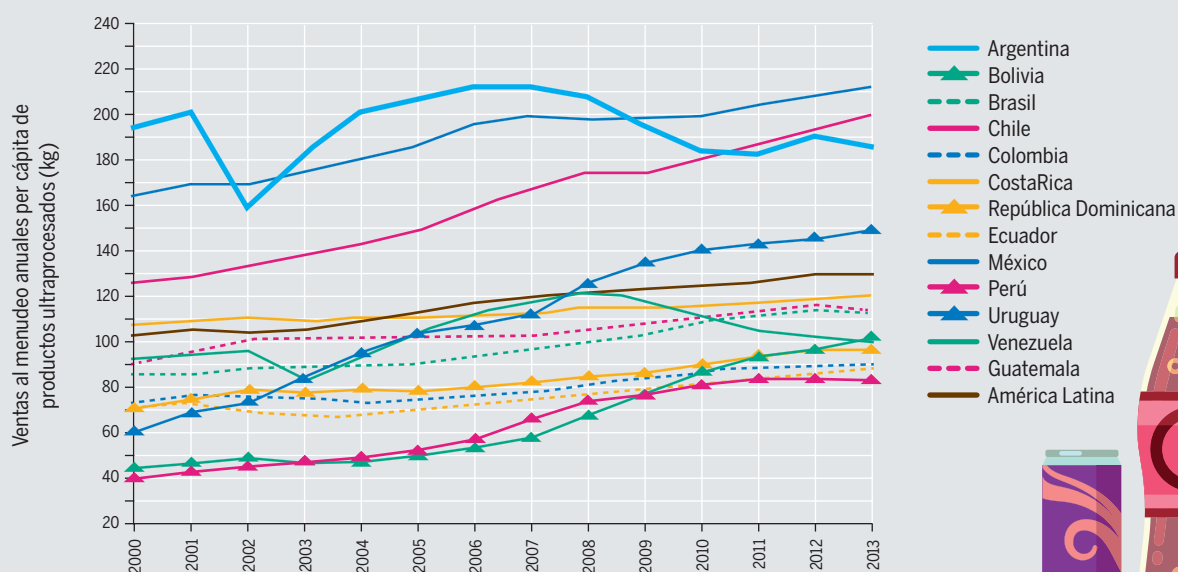
En América Latina ya hay 24 millones de personas que adquirieron diabetes. El costo social es altísimo y las proyecciones, desastrosas.

Pero la diabetes es sólo una de las doscientas patologías que suelen acompañar a la obesidad, que se triplicó en los últimos 30 años.

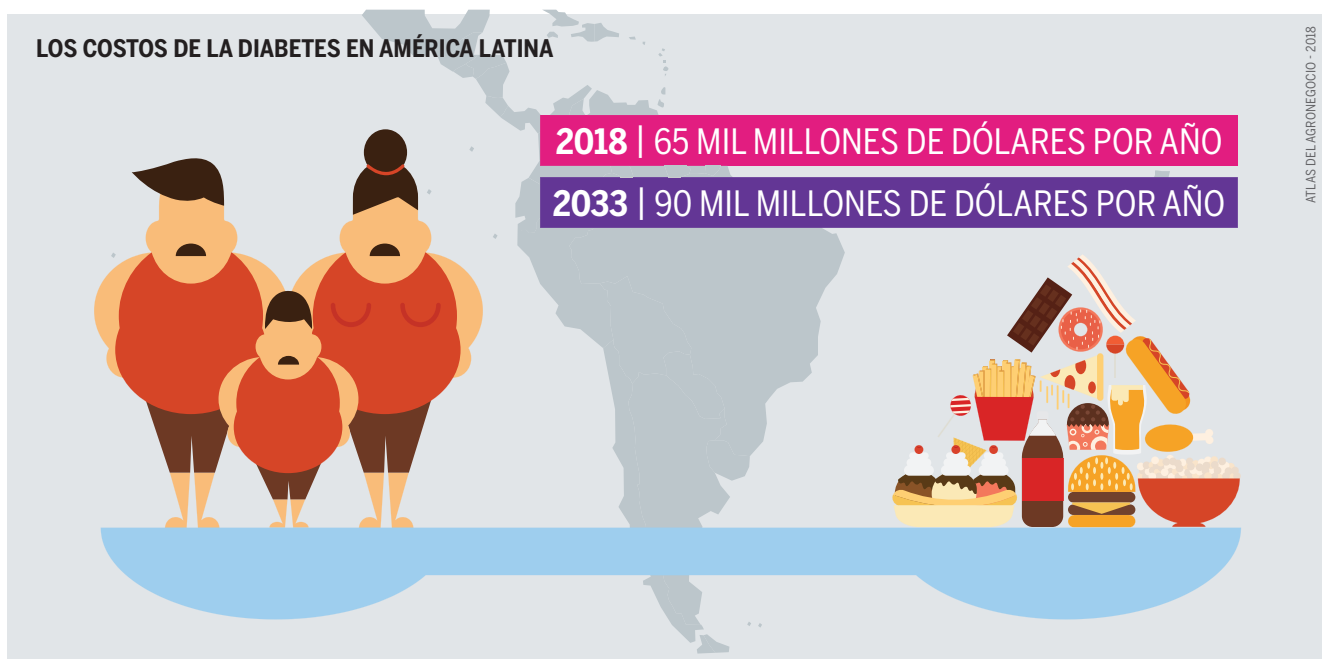
Así, la dieta moderna que sustituyó al agua y los alimentos naturales por productos altos en azúcar, aceites, harina, sal y aditivos está provocando estragos.

Se trata de una nueva forma de comer que se impone a fuerza de supermercados que desplazan mercados tradicionales y ferias de productores; monocultivos que ocupan la tierra de campesinos y agricultores; alianzas entre gobier-

VENTAS AL MENUDEO PER CÁPITA DE ALIMENTOS Y BEBIDAS ULTRAPROCESADOS EN 13 PAÍSES LATINOAMERICANOS 2000-2013



ATLAS DEL AGRONEGOCIO - 2018



nos y grandes marcas y tratados de libre comercio que fuerzan a los países a malvender sus productos frescos y adquirir lo que sobreproducen los países del Norte.

El combo se sirve en todos los sectores sociales pero es más brutal en los más vulnerables donde la comida de verdad se vuelve cada día más escasa: “Si usted hubiera venido hace unos años acá los niños comían pescado y bebían solo agua. Todo lo sacábamos del río” –dice el abuelo weenhaeck, mirando hacia donde empieza el Pilcomayo, un río que entre Argentina y Bolivia fue llenándose de frigoríficos y pescadores deportivos y vaciándose de peces para comer.

Ultraprocesados

Así llama a los comestibles más problemáticos de la dieta la OPS basándose en el documento que inauguró este concepto, las Guías NOVA.

Realizadas por el NUPENS, estas guías propusieron una reclasificación crítica de la comida no a través de sus nutrientes, sino de los procesos que esta atraviesa hasta llegar a la mesa.

Hay productos frescos que deberían ser la base de la alimentación (frutas, verduras, carnes) junto con los productos mínimamente procesados (brócolis congelados, tomates embotellados); ingredientes culinarios (aceites, azúcar de caña, miel, sal marina); y luego productos procesados con agregados de azúcar y sal (frutas y verduras en lata, maní salado, trucha salada y ahumada) y ultraprocesados que habría que evitar.

Los verdaderos villanos del menú, y los que han ido ganando cada vez más metros en la góndola son inventos de la ciencia y la tecnología creados a partir de grasas baratas, harinas refinadas, almidones y azúcares industriales, mezclados con aditivos, muchas veces “fortificados” con vitaminas y minerales y revestidos de colores y sabores fantasía que los ayudan a aparentar ser lo que no son.

Los ultraprocesados son la antítesis de una receta familiar o un plato típico: se ofrecen exaltados por la publicidad, despojados de identidad y son iguales en todo el mundo. Entre los más consumidos están las gaseosas, jugos, aguas saborizadas, néctares. Pero también las galletas y pasteles

empaquetados; los cereales para el desayuno; los alimentos congelados e instantáneos como hamburguesas, salchichas, nuggets de pollo; las papas fritas y snacks; los lácteos industriales como el yogur batido y los postres o las leches “maternizadas” que reemplazan el amamantamiento.

La propuesta que los vuelve irresistibles incluye que son prácticos, accesibles, hipergustosos y, en muchos casos, adictivos. Las ventas de ultraprocesados crecen en toda América Latina.

La situación es crítica pero la región aún está a tiempo de revertirla. La OMS recomienda a los Estados que legislen en función de proteger a toda la población del avance del mercado. El paquete de medidas sugerido –que ya fue adoptado por Chile, Perú y Uruguay– incluye el etiquetado frontal con alertas sobre productos procesados y ultraprocesados que tengan una cantidad excesiva de azúcar, grasa, sal y calorías. También el retiro de esa mercadería de escuelas y entornos escolares. La prohibición de su publicidad orientada a niños. Y la promoción de la lactancia materna y la comida real. Naciones Unidas también ha puesto el alerta. Desde FAO hasta los distintos informes de los relatores sobre alimentación adecuada aseguran que para mejorar la alimentación de la población hay que fortalecer la agricultura familiar, campesina e indígena, preponderando la producción agroecológica.

Brasil con su programa de Adquisición de Alimentos promueve por ley, que el 30% de los alimentos que adquiere el Estado, deben provenir de la agricultura familiar, priorizando aquellos que no utilicen agroquímicos en sus cultivos (así 120 mil familias abastecen a 5.570 municipios y millones de niños recuperaron la posibilidad de comer 300 alimentos diferentes que van desde licuados agroecológicos hasta pasteles de zanahorias amasados por cooperativas). El modelo se exportó, vía FAO, a otros 13 países latinos.

La comida es el reflejo más palpable de los territorios y el destilado más vital de las culturas: un espíritu colectivo que todavía tiene el poder de conectarnos con la inmensa historia que resguardan nuestros logros tan sagrados como domésticos. Esos que ayer nomás enriquecieron el menú de toda la humanidad y que tiene todo para seguir haciéndolo. ●