Alimentación del futuro

Publicación INCAP PCE/056

m(n:3758

Por Hernán Delgado
Director del INCAP-OPS

Foto: Xinia Bustamante

La malnutrición y las deficiencias alimentarias persisten en Centroamérica, mientras que problemas de obesidad y sobrepeso ocasionan un aumento de las enfermedades crónicas. El Istmo necesita lograr un balance en la alimentación y nutrición de sus habitantes, en medio de un cambio vertiginoso en la oferta y los hábitos alimentarios.

Foto: Photodisk

Los centroamericanos han cambiado su manera de alimentarse... por lo menos esa mitad de la población istmeña que hoy vive en las ciudades. Basta con dar una vuelta por el supermercado para notar cuán distinta es la oferta alimentaria que hoy se tiene en Centroamérica, donde los enlatadados y los productos importados han venido ganando terreno a los granos básicos, a las frutas y a los vegetales locales, y donde los "fast foods" aplacan en un par de minutos el hambre del mediodía de los trabajadores urbanos o le ofrecen comida "lista para llevar".

El proceso de globalización y de apertura de mercados, en efecto, ha puesto una mayor oferta de alimentos a disposición de los centroamericanos, algunos más baratos. Pero la llegada masiva de nuevos productos no ha venido acompañada de un fuerte componente de educación al consumidor. Tampoco hay un control estricto con respecto a la calidad de los productos, enlatados o crudos, que están ingresando a la región.

El resultado no puede ser menos caótico que la causa, y hoy estamos asistiendo a una epidemia de enfermedades crónicas no transmisibles en América Latina –Centroamérica incluída–, especialmente de gastritis, cáncer de estómago y de cólon, e hipertensión arterial; todas ellas asociadas en buena medida a obesidad, sobrepeso y otros trastornos nutricionales, producto de una alimentación inadecuada.

Se teme que este tipo de enfermedades y trastornos nutricionales vayan en aumento en los próximos años, sobre todo considerando que para el año 2030 cerca del 72% de la población regional vivirá en las ciudades, según estimaciones de la Comisión Centroamericana de Ambiente y Desarrollo, CCAD.

La otra mitad...

Mientras tanto, un buen porcentaje de la población regional se debate entre la precariedad alimentaria y la malnutrición, especialmente en las zonas rurales y en las urbano-marginales. Es ese mismo sector de la población que históricamente ha venido padeciendo problemas de mala nutrición, y de los cuales el INCAP ha sido testigo y ha procurado ayudar a mitigar durante los últimos 50 años.

Inicialmente el sector salud, especialmente pediatras, llamaron la atención a la alta demanda de los servicios de salud por parte de

población infantil y pre-escolar por casos de desnutrición proteínico-energética, bocio, ceguera, anemia y cretinismo.

En la actualidad, más de 20 millones de centroamericanos viven en situación de pobreza y, de ellos, 14 millones viven en condiciones de pobreza extrema. No es difícil deducir que en tal condición, el régimen alimentario y nutricional de estas personas no es suficiente ni balanceado.

Los niveles de anemias en mujeres embarazadas y en niños, las deficiencias de hierro, de vitamina A y de yodo han figurado entre las deficiencias nutricionales más prevalentes en la región. También siguen siendo comunes las enfermedades transmitidas por alimentos contaminados, sobre todo las diarreas y parasitosis.

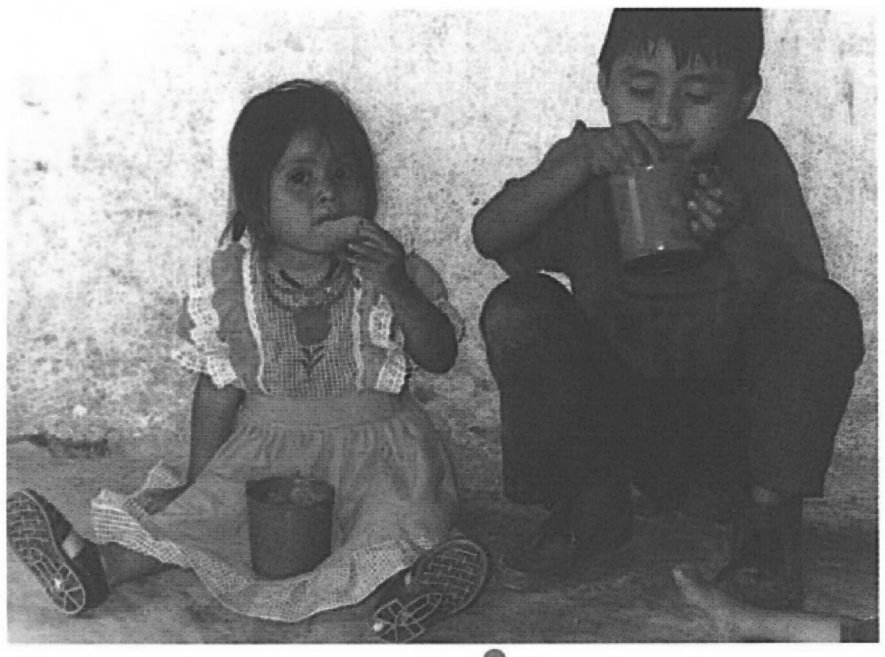


Foto: INCAP

Es por ello que el INCAP ha apoyado a los países centroamericanos en la investigación, producción, promoción y distribución de alimentos fortificados con hierro, vitamina A y yodo. A éstos se les ha llamado "alimentos nutricionalmente mejorados" y podemos citar entre ellos a las galletas enriquecidas con hierro, la galleta "materna" (Incapina), la sal fortificada con yodo y hierro, la harina fortificada con hierro (Incaparina), y las huertas hidropónicas para el cultivo de tomate y de chile, entre otros ejemplos.

Los alimentos transgénicos

Por otro lado, no podemos hablar de alimentación del futuro, sin echar una mirada a la discusión actual en torno a las plantas y alimentos mejorados genéticamente, conocidos como "transgénicos"; realidad que no podemos ignorar. Más allá de las implicaciones bioéticas, la modificación genética de algunos cultivos se está imponiendo en varios países como una salida práctica a la persistencia de plagas y a la pérdida de riqueza de los suelos, que es otro tema ligado directamente con el deterioro ambiental.

Los agricultores españoles y argentinos, por ejemplo, defienden firmemente la soya y el maíz transgénicos que están cultivando y comercializando, porque resisten mejor las plagas, las inclemencias ambientales y generan un grano de mayor tamaño y calidad, según afirman. Centroamérica, por su parte, aún no toma posición con respecto a esta nueva tendencia, pero la discusión ya empieza a plantearse. Porque es de todos conocido que la agricultura tradicional centroamericana ha venido enfrentado una crisis profunda en los últimos veinte años y que el índice de producción de alimentos bajó drásticamente en casi todos los países para fines de la década de los ochenta en comparación con la década anterior.

Según el informe del "Estado del Ambiente y los Recursos Naturales en Centroamérica 1998", publicado por SICA-CCAD, en Nicaragua la producción de alimentos per cápita decayó en más de un 40% entre 1979 y 1989, mientras que en Costa Rica y Guatemala la producción de alimentos apenas si mostró signos de incremento limitado entre 1992 y 1994. Esto, continúa el informe, refleja el relativo estancamiento de las áreas bajo cultivos en todos los países de la región desde fines de los años setenta.

Vulnerabilidad ante desastres y escasez de alimentos

Otro tema ineludible para la región es la medida en que su creciente vulnerabilidad social y ambiental ante los fenómenos naturales está afectando la capacidad de los suelos, destruyendo cosechas y provocando, por tanto, una crisis de disponibilidad de alimentos en los países y, muy especialmente, de los grupos directamente afectados y desplazados.

Tanto las sequías e incendios forestales propios de la época en que se presenta el fenómeno El Niño, como las tormentas, huracanes e inundaciones que trae consigo el fenómeno de La Niña, han aumentado su

Foto: El Diario de Hoy, El Salvador

El huracán Mitch arrasó con cultivos y animales, afectando la disposición de alimentos para los centroamericanos. Sólo en Honduras se perdió el 70% de la producción agrícola

intensidad y encuentran cada vez a una región más vulnerable y deteriorada, cuya capa forestal está desapareciendo a un ritmo de 40 hectáreas por hora.

Precisamente, durante la XX Reunión Ordinaria de Presidentes, celebrada en octubre pasado en Guatemala, los mandatarios centroamericanos analizaron las consecuencias devastadoras ocasionadas por los diferentes fenómenos naturales que han afectado a la región y decidieron adoptar un marco estratégico para reducir las vulnerabilidades físicas, sociales, económicas y ambientales y reducir el impacto de los desastres.

También instruyeron a los Ministros de Salud, y los de otros sectores sociales y económicos, para que el diseño y puesta en marcha de un plan

Foto: INCAP

para reducir la vulnerabilidad de la población - especialmente la ubicada en zonas de más alto riesgo- en cuanto a su situación alimentaria y nutricional.

Nutrición para el desarrollo

Es indiscutible que Centroamérica debe reaccionar ante estos temas de fondo e intensificar las iniciativas dirigidas, por un lado, a combatir los problemas de obesidad y sobrepeso con educación al consumidor y promoción de hábitos sanos, y por el otro a fortalecer los programas sociales de alimentación y nutrición para la población más pobre y mal nutrida.

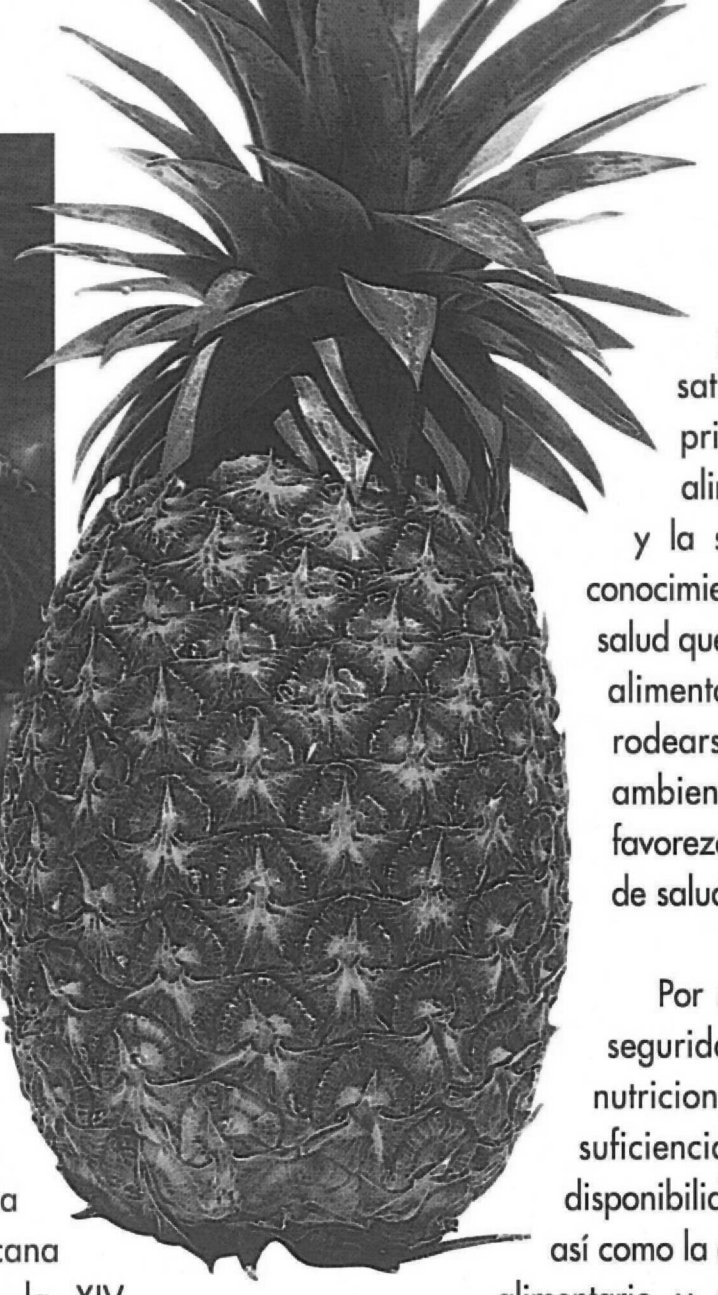
La región no puede pretender abordar el tren del desarrollo sin resolver las carencias nutricionales básicas de sus habitantes. El mismo rendimiento económico depende de ello. Cada día se toma más conciencia de la importancia que tiene una óptima calidad de vida para el desarrollo socioeconómico de un país, por lo que existe mayor atención en temas relacionados al ambiente, la salud, la educación y la nutrición, entre otros. Tampoco se puede obviar que el derecho a una adecuada alimentación y nutrición es uno de los derechos humanos fundamentales de la población centroamericana.

Estudios del INCAP confirman que el mejoramiento del estado nutricional y de salud de la población constituye una estrategia efectiva para promover el desarrollo humano y socioeconómico, a mediano y largo plazo. Afortundamente, la región centroamericana propuso, a partir de la XIV Cumbre de Presidentes de Centroamérica realizada en Guatemala en 1993, la puesta en marcha de la iniciativa de "Promoción de la Seguridad Alimentaria y Nutricional". Asimismo, en su XX Reunión Ordinaria, los Presidentes destacaron la importancia del logro de la meta de la Seguridad Alimentaria y Nutricional, como una estrategia fundamental para alcanzar el desarrollo humano sostenible.

La Seguridad Alimentaria y Nutricional se define como "el estado en el cual todas las personas gozan, en forma oportuna y permanente, de acceso físico, económico y social, a los alimentos que necesitan, en calidad y cantidad, para su adecuado consumo y utilización biológica, garantizándoles un estado de bienestar general que coadyuve al logro de su desarrollo".

Nadie con hambre

La iniciativa de Seguridad Alimentaria y Nutricional se ha puesto en marcha en el nivel regional, nacional y municipal-comunitario. Son fundamentos de la iniciativa, en primer lugar, la promoción permanente de la disponibilidad de alimentos, en adecuada cantidad, calidad y oportunidad, para satisfacer en forma contínua las necesidades regionales, nacionales y los grupos de población, familias e individuos.



A esto se agrega que toda la población debe poder tener acceso a satisfactores básicos, principalmente a la alimentación, la educación y la salud, así como poseer conocimientos de alimentación y salud que contribuyan a prácticas alimentarias saludables, y rodearse de condiciones ambientales óptimas que favorezcan un adecuado estado de salud y nutrición.

Por otra parte, para que la seguridad alimentaria y nutricional sea sostenible, la suficiencia y estabilidad en la disponibilidad y acceso alimentario, así como la aceptabilidad y consumo alimentario y su utilización biológica deben procurarse en armonía con la naturaleza. La seguridad alimentaria y nutricional está condicionada, entonces, en el marco del desarrollo sostenible.

Mucho se ha avanzado en el conocimiento y la acción en relación a los problemas alimentarios y nutricionales en la región, pero también es cierto que aún mucho se requiere para garantizar la alimentación y nutrición centroamericana en el próximo milenio. Nuestra meta es que todos coman...y coman bien.

Foto: INCAP