



## ¿México rechoncho?

**Miguel Alemán V.**

21 de abril 2010

En los últimos años se ha registrado una tendencia de sobrepeso en la niñez mexicana; al igual que en otros grupos poblacionales, en los niños y niñas mexicanos se observa obesidad. Esto es hoy en día un problema de salud pública y su origen está profundamente relacionado con viejas creencias populares, con nuevos hábitos alimenticios que carecen de un nivel de nutrición saludable y a la poca actividad física.

En nuestros días, no sólo los niños sino también el público en general han aceptado la oferta de las alternativas de la “comida rápida”, así como los edulcorantes que se utilizan en las bebidas gaseosas, que sustituyen el azúcar por alta fructuosa y que tienen efectos directos en el sobrepeso, lo que se ha venido estudiando en varios países.

En días pasados el gobierno de la República lanzó el “Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria. Estrategia contra el Sobrepeso y la Obesidad”.

Desde 1929, siendo presidente Emilio Portes Gil, se crearon los primeros programas de desayunos escolares, que buscaron diversificar los contenidos nutricionales de la infancia mexicana, cuyos resultados fueron muy positivos, pues permitieron equilibrar los niveles mínimos de proteínas y carbohidratos de la niñez, particularmente en zonas marginadas.

Actualmente se discute la pertinencia de que los planteles escolares cuenten con opciones saludables de alimentación que sustituyan las golosinas y otros productos que, a falta de una mejor definición, han sido denominados como “comida chatarra”. Unido a esto, se tiene todo un proceso publicitario que a través de los medios electrónicos ofrece aparatos y productos que brindan de manera rápida y casi mágica la reducción de peso.

Las consecuencias socioeconómicas de este problema de salud pública son baja productividad laboral, aumento en el ausentismo y aparición temprana de casos de diabetes y trastornos cardiacos. Adicionalmente, los nuevos grupos poblacionales con obesidad excesiva enfrentan efectos negativos en la personalidad, por discriminación, maltrato, burla o exclusión de oportunidades laborales.

Tenemos una gran diversidad en nuestra tradición culinaria que puede inspirar a los fabricantes para diseñar estrategias que les permitan competir con productos de mayor calidad nutricional que contengan menor cantidad de grasas, alta fructuosa y harinas.

Más que una estrategia de regulación, el resultado exitoso de una política para reducir la obesidad requiere convencer a la población de que es necesaria una alimentación sana. Desde la cuna se cree que un bebé gordito es un niño sano y que las harinas, alimentos envasados y otros productos no naturales son la mejor alternativa nutricional.

Dos grupos son fundamentales para este cambio de hábitos en la alimentación. Las amas de casa, quienes se preocupan por llevar a su mesa las opciones alimenticias a su alcance —opciones que gradualmente se ven mermadas por los incrementos a los precios en los

alimentos registrados en los últimos meses— así como las miles de personas que venden alimentos en la vía pública en dudosas condiciones de higiene.

Estos grupos y toda la población debemos participar en una gran cruzada nacional por la salud alimenticia que fomente una dieta sana y que promueva la actividad física entre la ciudadanía, dado que la vida sedentaria es también una consecuencia de la obesidad. Esto último tomando en cuenta no sólo que la inseguridad inhibe el ejercicio físico en áreas públicas, sino también que la gente camine para realizar actividades en su colonia.

La polémica nutricional de México no es un enfrentamiento ideológico entre quienes rechazan los productos que ofrecen empresas extranjeras y la preservación nacionalista de tradiciones alimenticias. La cuestión de fondo es conocer cuál es la capacidad que tiene el país para asegurar nuestra autosuficiencia alimentaria y cómo prevenir que se eleven los niveles de dependencia económica del exterior en esta materia. En la balanza comercial de alimentos tienen mayor peso las importaciones de alta fructuosa y comida preparada de baja calidad nutrimental, porque dentro del costo de su importación se esconden los costos de los tratamientos médicos que el consumo frecuente de estos productos pudiera ocasionar. Estas políticas públicas deberán orientarse para que la autosuficiencia alimentaria esté sincronizada con la capacidad adquisitiva de las clases populares.

**Batalla in-fructuosa.** ¿Llegará el día en que veremos a policías y mariachis muy esbeltos?

articulo@alemanvelasco.org  
Político, escritor y periodista