



ABORDANDO LA MALNUTRICIÓN EN EL CONTEXTO DE PANDEMIA POR COVID-19:

Recomendaciones para el
Estado Mexicano



SALUD ~ **CRÍTICA**



SALUD ~ CRÍTICA

Abordando la malnutrición en el contexto de pandemia por COVID-19: Recomendaciones para el Estado Mexicano

Doré Castillo

Coordinadora de Vinculación y Políticas Públicas

Ana Larrañaga

Directora General

Diseño Editorial

Julián Pérez, Alma Sánchez

JUNIO, 2020

Este informe fue escrito por Salud Crítica OSC, con el apoyo financiero de Changing Markets Foundation. La responsabilidad del contenido es de sus autores.

ÍNDICE

Capítulo 1

Introducción

07 - 10

Panorama de la inseguridad alimentaria y las deficiencias de micronutrientes en México en el contexto de la pandemia de COVID-19

Capítulo 2

11 - 12

Efectos de las medidas para mitigar la pandemia de COVID-19 en la disponibilidad y acceso a alimentos y productos frescos ricos en micronutrientes

Capítulo 3

13 - 15

Efectos de las medidas para mitigar la pandemia de COVID-19 en situaciones de inseguridad alimentaria y deficiencias de micronutrientes en México

Capítulo 4

16 - 19

Recomendaciones para proteger la suficiencia alimentaria y el consumo de alimentos saludables y ricos en micronutrientes



INTRODUCCIÓN:

La llegada de COVID-19 a México ha visibilizado las vulnerabilidades de nuestro sistema alimentario y nuestras políticas de salud y alimentación, mismas que durante años dejaron en estado de desprotección a los grupos de la población en mayor desventaja económica.

Un fenómeno observable en esta pandemia, es la relación entre el estado de nutrición y salud metabólica de los individuos, con un mayor riesgo de complicaciones por COVID-19. Es decir, la mayoría de los decesos y casos gravemente afectados por esta enfermedad, tenían también factores de riesgo asociados con la calidad de la alimentación, como sobrepeso, obesidad, enfermedad cardiovascular, hipertensión arterial, o diabetes tipo 2. Estos padecimientos no están disociados con la otra cara de la malnutrición: la carencia de micronutrientes juega también un rol fundamental en el debilitamiento del sistema inmunológico.¹

En un contexto global en el que la formación y mantenimiento de sistemas inmunes saludables pasará a formar parte de la nueva normalidad a la que debemos adecuarnos como humanidad, el derecho a la alimentación, y las políticas nacionales para garantizar este derecho en todos los grupos de la población, se convierten en una conversación relevante e impostergable.

¹ Chandra, R. Nutrition and the immune system from birth to old age. *Eur J Clin Nutr* 56, S73–S76 (2002). Disponible en: <https://doi.org/10.1038/sj.ejcn.1601492>



Es necesario por lo tanto, rescatar la interpretación del derecho humano a la alimentación. Para el Relator Especial, Olivier de Schutter, este implica:

El derecho a tener acceso, de manera regular, permanente y libre, sea directamente, sea mediante compra por dinero, a una alimentación cuantitativa y cualitativamente adecuada y suficiente, que corresponda a las tradiciones culturales de la población a la que pertenece el consumidor y garantice una vida psíquica y física, individual y colectiva, libre de angustias, satisfactoria y digna.²

El derecho a la alimentación no se reduce a recibir una mínima ración de calorías, proteínas y otros nutrientes específicos, o el derecho de una persona a ser alimentada mediante programas sociales o apoyos otorgados mediante donativos, sino que se trata de garantizar el derecho de todo individuo a poder alimentarse por sí mismo, lo que supone no sólo que los alimentos estén disponibles y que la proporción de la producción sea suficiente para toda la población, sino también que sea accesible, permitiendo que cada hogar cuente con los medios para obtener sus propias fuentes de alimento. Sin embargo, es importante resaltar que en aquellos casos en los que las personas no son capaces de alimentarse por sus propios medios, o presentan problemas nutricionales específicos que constituyen un problema de salud pública, el Estado tiene la obligación de intervenir, proporcionando alimentos adecuados.

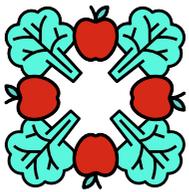
En este sentido, el Estado Mexicano tiene una gran responsabilidad al garantizar los medios para que la población adquiera una amplia gama de alimentos saludables que ayuden a reducir el riesgo de complicaciones por COVID-19, (es decir, que contribuyan al fortalecimiento del sistema inmune al mismo tiempo que disminuyen el riesgo de inflamación celular), además de prestar especial atención a los grupos en una situación de mayor vulnerabilidad.

² Derecho a la Alimentación (2012). De Schutter, Olivier. Disponible en:

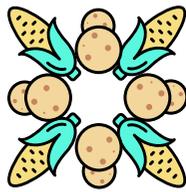
<http://www.srfood.org/es/derecho-a-la-alimentacion#:~:text=El%20derecho%20a%20la%20alimentaci%C3%B3n,1.&text=El%20derecho%20a%20la%20alimentaci%C3%B3n%20es%20un%20derecho%20humano%2C%20reconocido,su%20propio%20alimento%20o%20adquiri%C3%A9ndolo.>

El presente documento pretende aportar una serie de recomendaciones útiles para los tomadores de decisión, sobre las medidas clave que se deberán impulsar como respuesta a la malnutrición en el contexto de la pandemia, y sostener para mejorar el estado de salud de nuestra población.

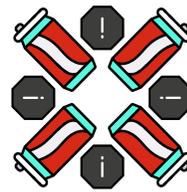
ESTAS RECOMENDACIONES SE AGRUPAN EN TRES ÁREAS CLAVE:



**Acceso a
alimentos
saludables
y frescos**



**Acceso,
regulación y
vigilancia de
alimentos
básicos
fortificados
de manera
obligatoria**



**Regulación y
alerta sobre
productos
ultraprocesados
malsanos**

ÁREAS CLAVE



CAPÍTULO 1

PANORAMA DE LA INSEGURIDAD ALIMENTARIA Y LAS DEFICIENCIAS DE MICRONUTRIENTES EN MÉXICO EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA DE COVID-19

Las emergencias sanitarias a nivel global son acontecimientos que afectan un sinnúmero de aspectos de la vida de los países, donde la alimentación tiende a ocupar un lugar destacado. Con la llegada de la pandemia de COVID-19 a México no es la excepción. En nuestro país, el desafío de contener la propagación del virus y de otorgar atención a las personas con contagios, ocurre en un contexto de profundas desigualdades alimentarias y un panorama epidemiológico en el que coexiste una grave carga de malnutrición.³

El acceso a una alimentación variada, sana y suficiente es fundamental para proteger la salud de las personas y garantizar su resistencia a las enfermedades provocadas por agentes virales. Sin embargo, en México más de la mitad de los hogares enfrenta alguna carencia de acceso a la alimentación, que puede abarcar desde la disminución de los alimentos consumidos cotidianamente hasta el padecimiento de hambre por falta de dinero u otros recurso.

3 INEGI, INSP, SSA. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2018. Presentación de resultados. 2019. Disponible en: https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/ensanut/2018/doc/ensanut_2018_presentacion_resultados.pdf



El acceso a una alimentación variada, sana y suficiente es fundamental para proteger la salud de las personas.

Las prevalencias más elevadas de inseguridad alimentaria, particularmente en población vulnerable, se asocian a una mayor probabilidad de padecer anemia y otras deficiencias de micronutrientes. Estas manifestaciones del hambre oculta deterioran aún más la capacidad de las personas para hacer frente a las infecciones y, al mismo tiempo, generan serias repercusiones a largo plazo en su desarrollo y resistencia física.⁴

En México, a la llegada del COVID-19, más del 30% de las mujeres adultas padecían anemia, mientras que hay subgrupos de esta población donde la prevalencia puede llegar a ser mayor del 40%.⁴ Las y los niños mexicanos son unos de los principales afectados por las deficiencias de micronutrientes. En particular, son los menores de dos años en situaciones de vulnerabilidad quienes presentan a nivel nacional las mayores prevalencias de anemia y de deficiencia de Zinc.⁵

La carencia de alimentos saludables y el hambre oculta son condiciones injustas que vulneran el derecho a la alimentación, pues impiden a las personas la obtención constante y segura de los alimentos básicos y productos frescos ricos en nutrientes esenciales que son indispensables para proteger su salud y asegurar su resistencia a las infecciones.⁶ De acuerdo con los últimos datos publicados en la ESANUT 2018⁷, el 22.6% de los hogares encuestados presentaba inseguridad alimentaria de moderada a severa, mientras que el 32.9% restante se encontraba en inseguridad leve. En todos los casos, esta es mayor en el ámbito rural, en comparación con el urbano.

4 Mejía-Rodríguez F, Mundo-Rosas V, Rodríguez-Ramírez S, Hernández-F M, García-Guerra A, Rangel-Baltazar E, Gómez-Acosta LM, Shamah-Levy T. Alta prevalencia de anemia en mujeres mexicanas en pobreza, Ensanut 100k. Salud Publica Mex. 2019;61:841-851. Disponible en: <https://doi.org/10.21149/10558>

5 De la Cruz-Góngora V, Martínez-Tapia B, Cuevas-Nasu L, Rangel-Baltazar E, Medina-Zacarías MC, García-Guerra A, Villalpando S, Rebollar R, Shamah-Levy T. Anemia, deficiencias de zinc y hierro, consumo de suplementos y morbilidad en niños mexicanos de 1 a 4 años: resultados de la Ensanut 100k. Salud Publica Mex. 2019;61:821-832. Disponible en: <https://doi.org/10.21149/10557>

6 CONEVAL. Estudio diagnóstico del derecho a la alimentación nutritiva y de calidad 2018. Disponible en: https://www.coneval.org.mx/Evaluacion/IEPSM/Documents/Derechos_Sociales/Estudio_Diag_Alim_2018.pdf

7 Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2018. Presentación de Resultados. Disponible en: https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanut2018/doctos/informes/ensanut_2018_presentacion_resultados.pdf

SEGURIDAD ALIMENTARIA

En 2018, el 44.5% de los hogares en México se identificaron con **seguridad alimentaria**. En contraparte, el 22.6% presenta **inseguridad alimentaria moderada y severa**, el 32.9% restante inseguridad leve.



La vulnerabilidad alimentaria no es consecuencia de las elecciones personales, sino resultado de las desigualdades profundas que han prevalecido en el sistema alimentario del país.⁸ Una de sus secuelas más graves, y que pone en mayor riesgo durante la pandemia de COVID-19, es el padecimiento de obesidad y enfermedades no transmisibles (ENTs)^{9, 10} como la hipertensión arterial y los diferentes tipos de diabetes que propician la inflamación celular generalizada, así como el debilitamiento al sistema inmune provocado por años de alimentación insuficiente e inadecuada.¹¹

Sobre las ENTs, la ENSANUT 2018 reveló que 8.6 millones de mexicanos tienen un diagnóstico de diabetes, 15.2 millones viven con hipertensión arterial, y el 75.2% de los adultos tiene algún grado de sobrepeso u obesidad.⁷

⁸ Global Nutrition Report 2020 [Sitio web]. Disponible en: <https://globalnutritionreport.org/reports/2020-global-nutrition-report/>

⁹ The Guardian. Obesity and Coronavirus. How can a bigger BMI increase your risk. Disponible en: <https://www.theguardian.com/world/2020/jun/03/obesity-and-coronavirus-how-can-a-higher-bmi-increase-your-risk>

¹⁰ HUB. Obesity a major risk factor for COVID-19 hospitalization. Disponible en: <https://hub.jhu.edu/2020/06/01/david-kass-obesity-covid-19/>

¹¹ WHO. COVID 19 could deepen food insecurity, malnutrition in Africa [Sitio web]. Disponible en: <https://www.afro.who.int/news/covid-19-could-deepen-food-insecurity-malnutrition-africa>

En México, los problemas relacionados con la alimentación inadecuada han tenido un impacto tan grande que han sido reconocidos en varias ocasiones por las autoridades sanitarias. En un comunicado virtual, el Subsecretario de Salud, Húgo López Gatell, declaró:

“

México tiene una enorme carga de enfermedades crónicas, sobrepeso, diabetes, obesidad e hipertensión, que causan la mitad de las muertes en México, esto antes de la epidemia de COVID-19. Por esta carga de enfermedades crónicas, una enfermedad infecciosa de este tipo suele complicarse en personas con estas enfermedades, las decisiones sobre lo que comemos no dependen sólo de nosotros, depende en mucho de lo que está disponible, en términos económicos y en términos de cercanía. México tiene una sobreoferta de productos industriales de bajo valor nutricional y muy alto poder calórico, con exceso de grasas, azúcares, sal y calorías, son los componentes principales que determinan la mitad de la mortalidad en México y las enfermedades que llevan a la complicación de COVID-19.¹²



¹² La mala alimentación es el Motor de la Pandemia. Húgo López Gatell. Conferencia de prensa 28 de abril, 2020. Disponible en La Jornada online: https://www.youtube.com/watch?v=0BHN7_zdEKw



CAPÍTULO 2

EFECTOS DE LAS MEDIDAS PARA MITIGAR LA PANDEMIA DE COVID-19 EN LA DISPONIBILIDAD Y ACCESO A ALIMENTOS Y PRODUCTOS FRESCOS RICOS EN MICRONUTRIENTES

Las emergencias sanitarias como la generada por la pandemia de COVID-19 afectan profundamente a los sistemas alimentarios a nivel mundial. Sus efectos negativos a la salud van más allá de aquellos relacionados directamente con el agente infeccioso, pues exacerban la inseguridad alimentaria y el hambre oculta que ya experimentaba de manera previa la población, especialmente la perteneciente a los sectores más vulnerados.^{13, 14}

Debido a sus efectos de interrupción de las cadenas de producción y suministro de alimentos, es posible que los entornos alimentarios a los que acceden las personas experimenten modificaciones. En consecuencia, se prevé que existan cambios en la calidad, cantidad, diversidad y frecuencia de los productos frescos y alimentos básicos a los que la población ha tenido acceso.^{15, 16}

13 CONEVAL. La política social en el contexto de la pandemia por el virus SARS-CoV-2 (COVID-19) en México. 2020. Disponible en: https://www.coneval.org.mx/Evaluacion/IEPSM/Documents/Politica_Social_COVID-19.pdf

14 Gómez LF, Parra MF, Lucumí DI, Bermúdez LC, Calderón AJ, Mantilla J y Mora-Plazas M. Relevancia de las acciones políticas dirigidas a garantizar una alimentación saludable y suficiente en el contexto de la actual pandemia de COVID-19. 2020. Disponible en: <https://www.researchgate.net/publication/341272577>

15 UNICEF. Recomendaciones dirigidas a tomadores de decisiones en México para dar respuesta a la vulnerabilidad alimentaria derivada del COVID-19. 2020. Disponible en: <https://www.unicef.org/mexico/informes/recomendaciones-dirigidas-tomadores-de-decisiones-en-m%C3%A9xico>

16 UNSCN. Food environments in the COVID-19 pandemic [Sitio web]. Disponible en: <https://www.unscn.org/en/news-events/recent-news?idnews=2040>

Aunado a ello, las medidas de distanciamiento social para mitigar los contagios también acarrear consecuencias económicas negativas, pues tienden a incrementar la pérdida de empleos. En este contexto, siguen siendo las poblaciones en mayor situación de vulnerabilidad quienes pueden verse más afectadas, al experimentar dificultades para enfrentar la pérdida de los ingresos en los hogares.¹⁴



Las emergencias sanitarias exacerbaban la inseguridad alimentaria y el hambre oculta que ya experimentaban los sectores más vulnerables.



CAPÍTULO 3

EFFECTOS DE LAS MEDIDAS PARA MITIGAR LA PANDEMIA DE COVID-19 EN SITUACIONES DE INSEGURIDAD ALIMENTARIA Y DEFICIENCIAS DE MICRONUTRIENTES EN MÉXICO

Se ha documentado que la disminución del ingreso en los hogares, y el agravamiento de la inseguridad alimentaria, tienen efectos inmediatos en la nutrición de las personas debido a la reducción en el consumo de los grupos de alimentos con mayor riqueza en vitaminas y minerales, lo que a largo plazo puede empeorar la carencia de nutrientes esenciales.^{3,17}

Sin embargo, son precisamente los alimentos y productos frescos los que se enfrentan a un mayor riesgo de escasez y aumento de precios, debido a su cualidad perecedera y las posibles afectaciones que enfrentan sus cadenas de suministro con la suspensión de actividades económicas.¹¹ Esta situación podría aumentar los patrones de consumo de alimentos con exceso de nutrientes críticos como azúcares añadidos, sodio, y grasas saturadas o trans, agravando la problemática de obesidad y enfermedades no transmisibles ya existente.¹⁴

De no tomar medidas urgentes para proteger la alimentación durante la pandemia de COVID-19, es posible que aumente la cantidad de personas cuyo derecho a la alimentación se ve vulnerado.¹⁵ Como resultado, podría duplicarse el número de aquellos que viven en crisis alimentaria a nivel mundial, y aumentar en un 20% la proporción de población infantil que padece desnutrición aguda, lo que representa a 10 millones de niñas y niños más en esta condición.¹⁶

17 Menon R, Hyun Rah J, Kusyuniati S, Codling K, Tsang B, Mkambula P, Sukotjo S, Atmarita. Fortification of staple food is a critical weapon in the fight against COVID-19 [Sitio web]. Disponible en: <https://nutritionconnect.org/resource-center/blog-17-fortification-staple-foods-critical-weapon-fight-against-covid-19>

Al igual que en el resto del mundo, los efectos de la pandemia de COVID-19 podrían profundizar las brechas de desigualdades alimentarias que ya existen en México.¹⁸ Es por ello que nuestro país debe adoptar medidas a corto, mediano y largo plazo para garantizar que todas las personas tengan acceso a alimentos básicos y productos frescos, que incluyan fuentes adicionales de micronutrientes, para proteger su derecho a continuar alimentándose de manera variada, sana y suficiente.⁸

En este sentido, una de las estrategias que han probado ser efectivas para ayudar a combatir la carencia de micronutrientes¹⁹, y se encuentran presentes en nuestro marco legal, es la fortificación obligatoria de alimentos básicos como la tortilla y las harinas con las que se preparan.²⁰ El gobierno mexicano publicó la norma NOM-247-SSA1-2008²¹, que proporciona estándares de nutrición obligatorios para adicionar hierro, zinc, ácido fólico, niacina, tiamina y riboflavina tanto a las harinas de trigo como a las de maíz, un alimento de consumo básico a nivel nacional. Sin embargo los resultados de varios estudios independientes, han revelado un fracaso en este esfuerzo, pues a pesar de que la mayoría de las harinas en México están etiquetadas como fortificadas, únicamente el 7% de los productos analizados, es decir, 4 de 61 muestras analizadas (21 harinas de maíz y 40 de trigo), estaban realmente fortificados de manera adecuada.^{19,20}



La disminución del ingreso en los hogares, y el agravamiento de la inseguridad alimentaria, tienen efectos inmediatos en la nutrición de las personas.

18 ENCOVID (2020) Equide. Universidad Iberoamericana. Acción Ciudadana Frente a la Pobreza. Disponible en: <https://www.facebook.com/frentealapobreza/videos/546514879566474/UzpfSTIzMzgyNjk3MDAxNjAxMjAzMDk4MzE3MTQwM-jMzNjMz/>

19 Al grano. ¿Qué marcas de harina incumplen con la normativa de fortificación mexicana? Changing Markets Foundation. Proyecto AliMente. Disponible en: <https://changingmarkets.org/wp-content/uploads/2019/02/Al-Grano-Spanish-web-double-page.pdf>

20 Dándole la vuelta a la tortilla. ¿Las tortillas y el pan en México están fortificados de manera adecuada?. Changing Markets Foundation. Proyecto AliMente. Disponible en: https://changingmarkets.org/wp-content/uploads/2019/05/Dándole_la_vuelta_a_la_tortilla_WEB.pdf

21 NOM 247 SSA 2008. Disponible en: http://depa.fquim.unam.mx/amyd/archivero/NOMcereales_12434.pdf

Esto significa que los requisitos legales con respecto a la fortificación obligatoria de harinas no se están cumpliendo de manera adecuada, y los consumidores están siendo engañados por los empaques que indican estar fortificados o adicionados con vitaminas y minerales.

Este incumplimiento por parte de las industrias no es menor. La anemia tiene consecuencias en todas las etapas de la vida y particularmente en los niños, en quienes puede causar un retraso en el crecimiento físico y mental. La gravedad de este problema no se puede sobreestimar; la evidencia muestra que si la anemia causada por carencia de micronutrientes no se detecta y resuelve antes de que el niño cumpla dos años, el daño al sano desarrollo físico y mental se vuelve irreversible.²⁰

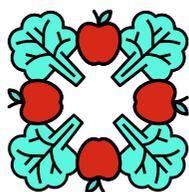
Sin duda alguna, el estándar de oro es garantizar el derecho a la alimentación y nutrición, al procurar que todas las personas tengan acceso a una alimentación saludable y sustentable basada en dietas naturales, tradicionales y nutritivas. Sin embargo, en el contexto de pandemia, el incumplimiento de las medidas de fortificación obligatoria de los alimentos constituye una grave falta en el contexto de inseguridad alimentaria que se ha desatado, pues esta es una herramienta complementaria eficaz en la lucha contra la carencia de micronutrientes.



México debe adoptar medidas a corto, mediano y largo plazo para garantizar que todas las personas tengan acceso a alimentos básicos y productos frescos.

CAPÍTULO 4

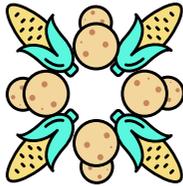
RECOMENDACIONES PARA PROTEGER LA SUFICIENCIA ALIMENTARIA Y EL CONSUMO DE ALIMENTOS SALUDABLES Y RICOS EN MICRONUTRIENTES



ACCESO A ALIMENTOS FRESCOS Y SALUDABLES

- Preservar el funcionamiento de los sistemas agroalimentarios vinculados con la producción de alimentos y productos frescos.¹⁰
- Incentivar la producción local de alimentos y productos frescos para aumentar su disponibilidad en las comunidades locales.¹⁰
- Garantizar el suministro de alimentos y productos frescos de manera periódica y oportuna en las tiendas, almacenes y mercados.¹¹
- Mantener en funcionamiento las tiendas, almacenes y mercados de alimentos y productos frescos, implementando las medidas adecuadas de higiene y distanciamiento social.¹²
- Promover la adquisición y el consumo de alimentos y productos frescos, y la preparación de alimentos en el hogar, enfatizando sus beneficios en el sistema inmunológico.^{12,14}

- Desarrollar protocolos de higiene, sanidad y conservación para incluir alimentos frescos y mínimamente procesados en los esfuerzos de donación de alimentos (esto puede abarcar esfuerzos como los bancos de alimentos y los programas de asistencia social estatales y/o federales).²²



ACCESO, REGULACIÓN Y VIGILANCIA DE ALIMENTOS BÁSICOS FORTIFICADOS DE MANERA OBLIGATORIA

- Fortalecer la regulación existente en materia de fortificación de alimentos básicos -NOM 247-²³ para asegurar que la población mexicana tenga acceso a micronutrientes esenciales clave.²⁴
- Vigilar el cumplimiento de las regulaciones de fortificación obligatoria, ya que son parte de las responsabilidades de la industria harinera y de las industrias que elaboran productos con harinas fortificadas, con mecanismos de monitoreo y evaluación aplicados en periodos específicos.
- Proteger las cadenas logísticas y de suministro de los alimentos básicos fortificados para asegurar su distribución adecuada al interior del país.
- Garantizar la disponibilidad de alimentos básicos fortificados en regiones con alta prevalencia de anemia y otras deficiencias de micronutrientes.²⁵

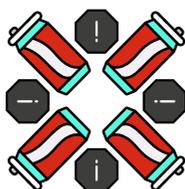
22 FAO. COVID-19 and the risk to food supply chains: How to respond? 2020. Disponible en: <http://www.fao.org/3/ca8388en/CA8388EN.pdf>

23 NORMA OFICIAL MEXICANA NOM-247-SSA1-1996, Bienes y Servicios. Cereales y sus productos. Harinas de cereales, semolas o semolinas. Alimentos a base de cereales, de semillas comestibles, harinas, semolas o semolinas o sus mezclas. Productos de panificación. Disposiciones y especificaciones sanitarias y nutrimentales. Disponible en: <http://www.salud.gob.mx/unidades/cdi/nom/147ssa16.html>

24 Shamah Levy T, et al (2019). Fortification of bakery and corn masa-based foods in Mexico and dietary intake of folic acid and folate in Mexican national survey data. The American Journal of Clinical Nutrition, Volume 110, Issue 6. Disponible en: <https://academic.oup.com/ajcn/article-abstract/110/6/1434/5570573?redirectedFrom=fulltext>

25 UNICEF. Infant & young child feeding in the context of COVID-19. 2020. Disponible en: <https://www.unicef.org/media/68281/file/IYCF-Programming-COVID19-Brief.pdf>

- Priorizar la operación y ampliación de los programas alimentarios que garantizan la entrega de alimentos básicos fortificados, inocuos y con calidad nutricional a población en situación vulnerable.²⁶
- Vigilar la calidad nutricional de los alimentos básicos fortificados suministrados mediante programas alimentarios y donaciones, a fin de garantizar que contengan los niveles indicados de micronutrientes esenciales (como hierro, zinc, ácido fólico, etc), y no contengan un exceso de calorías, azúcares, grasas y sal.²⁷
- Desalentar la adquisición y el consumo de alimentos básicos fortificados que, además de incumplir con los niveles recomendados de micronutrientes esenciales, contengan un exceso de calorías, azúcares, grasas y sal.²⁸



REGULACIÓN DE PRODUCTOS ULTRAPROCESADOS

- Advertir sobre los daños al sistema inmunológico que provoca el consumo de bebidas azucaradas y de productos con exceso de nutrientes críticos con el impulso a medidas regulatorias como los etiquetados de advertencia en los empaques de alimentos y bebidas.²⁹

26 FAO, CELAC. Seguridad alimentaria bajo la pandemia de COVID-19. 2020. Disponible en: http://www.fao.org/fileadmin/user_upload/rlc/docs/covid19/Boletin-FAO-CELAC.pdf

27 World Food Programme. COVID-19 will double number of people facing food crises unless swift action is taken [Sitio web]. Disponible en: <https://www.wfp.org/news/covid-19-will-double-number-people-facing-food-crises-unless-swift-action-taken>

28 World Food Programme. Coronavirus threatens global surge in malnutrition, jeopardizing future of an extra 10 million children [Sitio web]. Disponible en: <https://www.wfp.org/news/coronavirus-threatens-global-surge-malnutrition-jeopardizing-future-extra-10-million-children>

29 INSP. Prevención de mala nutrición en niñas y niños mexicanos ante la pandemia de Coronavirus (COVID-19). 2020. Disponible en: <https://www.insp.mx/avisos/5364-prevencion-mala-nutricion-ni%C3%B1os-mexicanos-covid-19.html>

- Evitar la inclusión de productos ultraprocesados con exceso de nutrimentos críticos en los programas y esfuerzos de donativos de alimentos y bebidas dirigidos a los grupos de la población en mayor vulnerabilidad.
- Regular y sancionar el uso de alegaciones de salud relacionadas con la fortificación y la adición de vitaminas y minerales, como herramientas de marketing dirigidas a los niños y niñas en aquellos productos ultraprocesados que también contienen cantidades elevadas de nutrimentos críticos.



El Estado Mexicano tiene una gran responsabilidad al garantizar los medios para que la población adquiera una amplia gama de alimentos saludables.



La mejor manera de prevenir y superar el problema de las carencias de micronutrientes es garantizar el acceso a una amplia gama de alimentos tradicionales y nutritivos, de alta calidad y limitar el consumo de alimentos ultraprocesados.

A menudo, durante situaciones de emergencia y vulnerabilidad por carencia de alimentos variados y saludables, se requieren medidas complementarias como la fortificación, dado que muchas personas no tienen acceso, o no pueden costear, una gama diversa de alimentos ricos en nutrientes.

En esa situación, más que nunca, se debe regular y vigilar la fortificación adecuada de alimentos básicos, así como evitar que se recomiende el consumo de productos ultraprocesados malsanos.



SALUD ~ CRÍTICA