

Fecha 17.07.2014	Sección Análisis	Página 14
---------------------	---------------------	--------------

LIBERTAD BAJO PALABRA



PEDRO DE LEÓN MOJARRO

Alimentación, responsabilidad colectiva

En días pasados el **Instituto Nacional de Salud Pública (INSP)** presentó su publicación bimestral "**Salud Pública de México**", dedicada en su totalidad a analizar desde un punto de vista científico la seguridad alimentaria del país.

En México, uno de cada tres hogares padece Inseguridad Alimentaria (IA), el 42% leve, el 18% moderada y el 10% severa; esta aumenta el riesgo de desnutrición infantil, de diabetes, sobrepeso y obesidad en niños y adultos, pero sobre todo en mujeres.

Según datos de la revista en comento, son casi 3 millones de hogares los que viven en inseguridad alimentaria severa.

La revista contiene aportaciones de reconocidos expertos en seguridad alimentaria, quienes desde 2011 se han dado a la tarea revisar y estudiar el tema al interior del país, y a partir de esa fecha han venido editando cada año un volumen especial sobre la alimentación.

La publicación, con base en la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (Ensanut) sobre inseguridad alimentaria (IA), permite dimensionar el acceso a la alimentación e identificar los sectores vulnerables de la población que requieren ayuda, así como evaluar el efecto de los diferentes programas que pone en marcha el Estado.

Un dato relevante del estudio es que la Inseguridad Alimentaria (IA) se empeora en contextos de crisis prolongadas, lógicamente con mayor impacto en los países en vías de desarrollo como el nuestro, afectando directamente el crecimiento y propiciando el aumento en la mortalidad en niños menores de cinco años.

En México, triste y lamentablemente, la desnutrición crónica en menores de cinco años afecta a 1.5 millones de niños, lo que significa la natural minusvalía, tanto para el estudio como para el trabajo en general; en el futuro serán ciudadanos de segunda con muy pocas posibilidades de éxito.

Otro dato relevante es que en las familias con inseguridad alimentaria el 9.8% de los niños de cero a cinco años, el 35 % de cinco a doce años, el 36% de adolescentes y el

Continúa en siguiente hoja



Fecha 17.07.2014	Sección Análisis	Página 14
---------------------	---------------------	--------------

71% de adultos padecen sobrepeso y obesidad. Una verdadera ironía propiciada por la falta de recursos y educación para consumir alimentos nutritivos en lugar de comida *chatarra*.

La encuesta (Ensanut) consigna también que a menor grado de educación, es mayor el grado de desnutrición y mala alimentación; es común que en los cinturones periféricos de las grandes conurbaciones y en las zonas indígenas sobre todo, aparezcan los mayores índices de sobrepeso en familias con inseguridad alimentaria.

Según datos de la FAO y de la Ensanut, en México la disponibilidad energética es de 3 mil 145 kilocalorías por persona al día, uno de los índices más elevados del mundo. No obstante, debido fundamentalmente al enorme desequilibrio social y regional, más del 18 % de la población se encuentra en pobreza alimentaria, más que por la falta de alimentos, por la falta de ingreso para adquirirlos.

Las mujeres que habitan en hogares que reportaron una IA moderada o severa, registraron una incidencia de entre el 67 y 48 por ciento en el riesgo de padecer diabetes. Igualmente, vivir en hogares con IA moderada o severa aumenta el riesgo de padecer hipertensión en 28 o 32%, respectivamente.

Al estudiar la base de datos de la Encuesta Nacional de Ingreso y Gasto en los Hogares (ENIGH) 2008, la cual utiliza la Escala Mexicana para la Seguridad Alimentaria (EMSA), se revela que la prevalencia de hogares clasificados en

inseguridad alimentaria fue de 48%, y que existe una relación entre una menor variedad de alimentos y mayor IA, acompañada de un posible efecto de sustitución de fuentes de proteínas en los hogares.

Estos son solo algunos de los datos que aparecen en la publicación editada por el INSP y la Sedesol, los cuales indican los riesgos en salud y nutrición que corren las familias con bajos ingresos al consumir alimentos de bajo costo, bajos en micronutrientes y con un alto contenido de calorías. Aquí sí, como dice el dicho popular: *"al perro más flaco se le cargan más las pulgas"*.

Y si usted, lectora, lector querido, no tienen inconveniente, muchas gracias por sus amables comentarios y aportaciones, nos leemos el próximo jueves.

P.D. La amenaza del incremento a la obesidad, y con ella la diabetes y la hipertensión, se vuelve varias veces más cara de enfrentar en términos monetarios que actuar a tiempo para una alimentación adecuada y nutritiva. Es ahí donde el programa nacional de huertos familiares, vinculados a la tarjeta Sin Hambre que promueve la Sedesol, se convierten en la solución mágica para acabar con la pobreza alimentaria y lograr una mejor salud de las franjas más pobres de la población.

Facebook: Pedro de Leon Mojarro twitter:@Pdeleonm

Sitio Web: www.pedrodeleon.mx

*Coordinador de Delegaciones de la SEDESOL