



¿Existen políticas y programas exitosos en el combate al sobrepeso y la obesidad?



Nota informativa del Foro FSN basada en la discusión en línea mantenida del 14 de junio al 7 de julio de 2016, facilitada por Francisca Silva Torrealba, de la Pontificia Universidad Católica de Chile y Rodrigo Vásquez Panizza, de FAO-Chile.

Visite la página web de la discusión en:

➔ www.fao.org/fsnforum/es/activities/discussions/overweight_obesity

PANORAMA GENERAL

El sobrepeso y la obesidad constituyen problemas graves de salud pública, con tasas que aumentan con rapidez tanto en los países desarrollados como en desarrollo. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), 1 900 millones de adultos (mayores de 18 años) tenían sobrepeso en 2014 y 600 millones eran obesos. Además, 42 millones de niños menores de cinco años padecían sobrepeso u obesidad en 2013.

A pesar de ser problemas globales, las causas del sobrepeso y la obesidad siguen conociéndose mal. Sin embargo, los contribuyentes del Foro enumeraron una serie de factores que tienen influencia:

- Falta de ejercicio físico (a menudo debido a estilos de vida sedentarios);
- Consumo excesivo o inadecuado de alimentos;
- Educación alimentaria inadecuada;
- Hábitos alimentarios profundamente arraigados;
- Alimentos saludables no disponibles o asequibles;
- Factores hereditarios;
- Presión psicológica;
- Alimentos sobreprocesados.

En particular, resulta problemática la producción de alimentos no saludables, ya que el consumo de estos productos no es

simplemente una cuestión de libre elección, sino que está significativamente condicionado por el entorno económico en su conjunto. La liberalización comercial, por ejemplo, permite el incremento del comercio de productos no saludables. Cuando esta liberalización no va acompañada de medidas de salud pública, puede agravarse el riesgo de sobrepeso y obesidad.

En varios países se han realizado esfuerzos para combatir los problemas del exceso de peso, pero los intereses contrapuestos de las diversas partes interesadas, reflejados, por ejemplo, en las actividades de cabildeo (*lobbying*) de la industria alimentaria, han hecho difícil llegar a un consenso sobre nuevas iniciativas alimentarias. Sin embargo, con el fin de abordar adecuadamente el sobrepeso y la obesidad, resulta imperativo desarrollar un enfoque integral que involucre a todos los actores.

ELEMENTOS CRUCIALES PARA POLÍTICAS EFECTIVAS

Teniendo en cuenta la escala y la gravedad del sobrepeso y la obesidad, la formulación de políticas e intervenciones eficaces debería convertirse en una prioridad colectiva. Para que las políticas tengan éxito, es necesaria una sólida comprensión de las causas de los problemas de peso y contar con indicadores apropiados. A nivel individual esto implica, por ejemplo,

ir más allá del concepto de equilibrio calórico y tener en cuenta el funcionamiento del complejo sistema biológico que regula el peso corporal en su conjunto. Además, deben considerarse factores sistémicos, como las implicaciones que tienen los actuales sistemas alimentarios para las pautas de consumo.

Existe también la necesidad de involucrar a diferentes sectores y en diferentes niveles. Por encima de todo, la industria de alimentos y bebidas juega un papel clave, a pesar de que existen diversas opiniones sobre su impacto:

- La industria es percibida como un actor con el que colaborar. Está bien posicionada para apoyar la migración de los consumidores hacia hábitos de consumo más sanos y su capacidad de investigación y desarrollo podría aprovecharse en asociaciones público-privadas. La cooperación debería facilitarse adoptando un enfoque basado en incentivos para la industria.
- La industria es considerada un actor cuyas acciones deben regularse de manera más firme, lo que implica encontrar formas de exigirle responsabilidades por su impacto en la salud y buscar mecanismos para limitar su capacidad de socavar las políticas de promoción de la salud.

Para que una política logre los resultados deseados, también es crucial involucrar a las personas que se han tomado como objetivos. En particular, en las intervenciones locales, las comunidades deben participar en el proceso de formulación de políticas, lo cual sirve también de trampolín para el desarrollo de capacidad y el empoderamiento. Otro elemento crucial es el desarrollo de un sistema de seguimiento y evaluación, ya que la evaluación del impacto es vital para reorientar los recursos económicos y rediseñar las estrategias.

El programa internacional MEND (*Mind, Exercise, Nutrition ... Do it!*) tiene como objetivo lograr cambios duraderos en el estilo de vida de los niños de entre 7 y 13 años que padecen sobrepeso u obesidad. MEND ofrece cursos después del horario escolar que son mejorados de forma continua por dietistas, nutricionistas, expertos en actividad física y especialistas en cambios de comportamiento, en base a las evaluaciones realizadas.

COMBATIR EL SOBREPESO Y LA OBESIDAD: TOMAR MEDIDAS

Los participantes en el Foro identificaron una serie de áreas en las que deben emprenderse acciones en la lucha contra el sobrepeso y la obesidad, y muchas de sus contribuciones incluyeron ejemplos de iniciativas que ya se han implementado.

- Deben reforzarse las campañas de sensibilización pública y la promoción de dietas saludables.

- En Afganistán, por ejemplo, se han publicado guías alimentarias tanto en inglés como en los idiomas locales.
- Debe promoverse la actividad física mediante la provisión de estructuras básicas para el ejercicio físico y su inclusión en los programas escolares.
- En Chile, la actividad física constituyó una parte importante del *Programa 9 Pasos* que se implementó en las escuelas.
- La educación nutricional debe fortalecerse en todos los niveles y edades. Las escuelas ofrecen un ambiente apropiado para aprender a preparar alimentos saludables y promover hábitos alimenticios saludables. El programa argentino de Nestlé *Niños Saludables* y el libanés *Ajyal Salima* y el proyecto polaco *Nutrición adecuada, generación saludable* incluyen actividades para promover el conocimiento nutricional.
- Debe fomentarse la venta y suministro de productos frescos mediante políticas multisectoriales que promuevan la producción local (de pequeños productores) y la venta de alimentos no procesados.
- En Brasil, la Estrategia Intersectorial de Prevención y Control de la Obesidad tiene como objetivo integrar mejor los sistemas públicos y fortalecer la agricultura familiar para promover la producción y el consumo sostenible de alimentos.
- Es necesario reforzar los reglamentos sobre alimentos elaborados, en particular en lo que se refiere al uso de aditivos. Además, los alimentos procesados con un alto contenido de azúcar y/o grasa podrían ser gravados como se hace en particular en México, con un impuesto introducido en 2014 sobre bebidas carbonatadas y demás bebidas azucaradas. Sin embargo, los impuestos no fomentan un cambio voluntario de los hábitos de consumo, sino que obligan a las personas a cambiar sus hábitos. Además, el consumo reducido de bebidas azucaradas puede verse compensado con el incremento del consumo de otros productos poco saludables.
- La comercialización debe tener en cuenta las consideraciones de salud, ofreciendo porciones más reducidas de alimentos y usando un etiquetado claro. En Estados Unidos, la iniciativa *Facts Up Front* fue creada por la Asociación de Fabricantes de Productos Alimenticios (*Grocery Manufacturers Association*) y el Instituto de Comercialización de Alimentos como sistema de etiquetado sencillo para mostrar en la parte frontal del envase los principales datos nutricionales.
- Debe restringirse la publicidad de alimentos no saludables dirigida a los niños.
- En México, las empresas adoptaron el Código de Autorregulación de Alimentos y Bebidas para el Público Infantil (PABI) bajo el paraguas de ConMéxico.

PARA UNIRSE AL FORO FSN • Visite www.fao.org/fsnforum/es o contacte con fsn-moderator@fao.org

Este material informativo se basa en comentarios compartidos por los participantes del Foro FSN, que no necesariamente reflejan las opiniones de la FAO.