

## Editorial

# Alimentación saludable y sostenible, un reto de salud multidisciplinar

Angélica Ochoa-Avilés<sup>1</sup> 

La inadecuada alimentación, la malnutrición materno-infantil, y la obesidad, figuran entre los principales factores de riesgo de muerte y de años perdidos por enfermedad, discapacidad o muerte prematura (1). América Latina es una región que afronta importantes retos, la inseguridad alimentaria moderada a severa afecta al 37,5% de la población, 42,5 millones de personas sufren de hambre, y la desnutrición crónica afecta al 11,5% de los niños menores de cinco años. Se sabe que la inseguridad alimentaria afecta mayoritariamente a grupos vulnerables (i.e., mujeres y las poblaciones rurales) y la prevalencia de sobrepeso y obesidad tanto en población infantil como adulta está por encima de las estimaciones a nivel global (2).

Sin duda, la alimentación juega un rol fundamental, las dietas inadecuadas son responsables de 3.48 millones de muertes entre la población masculina y 4.47 millones en la femenina a nivel mundial (1). Según datos de la Base de Datos de Dieta Global (3), en el 2018, América Latina fue la región con peores índices de alimentación saludable (4).

En este contexto, la Sociedad Latinoamericana de Nutrición (SLAN), ha mantenido su compromiso de difusión de evidencia científica libre de conflicto de interés desde una perspectiva multidisciplinar. El XX Congreso de la SLAN, llevado a cabo en Cuenca-Ecuador del 21 al 26 de octubre de 2023 recibió a 819 participantes (5), contó con un comité científico diverso tanto en género como en regiones, que revisó 474 trabajos, de los cuales, 102 (22%) fueron seleccionados para presentaciones orales cortas. Entre las presentaciones orales mejor evaluadas, se invitó a que los autores presentaran sus textos completos para ser publicados en este suplemento, el mismo que presenta los resultados de 16 trabajos.

Varios estudios documentan el impacto de la pandemia por COVID-19. Un estudio en Chile registró un efecto negativo en el estado nutricional de la población, secundario al mayor consumo de productos “no saludables” y la inactividad física (6). En México, se registran incrementos en las prevalencias de sobrepeso y adiposidad central en niños en edad escolar (7). En Brasil, la inseguridad alimentaria en universitarios ocurrió en cuatro de cada 10 estudiantes (8). Por su parte, un experimento natural en Brasil concluyó que el aislamiento social tuvo un importante efecto, ya que las personas sometidas a un estricto confinamiento no mejoraron su calidad de la dieta luego de eliminar las restricciones, mientras que, aquellas sin restricciones sí lograron mejoras asociadas con la compra directa de alimentos a los productores, evitar pedir alimentos a domicilio, e invertir más tiempo en cocinar (9).

Algunos autores abordaron el consumo según la clasificación NOVA. En Colombia los alimentos mínimamente procesados, aún proveen el mayor aporte energético a la población (10), en concordancia, en Perú los productos ultraprocesados aportan el 15% de la

---

<sup>1</sup>Departamento de Biociencias, Facultad de Ciencias Químicas, Universidad de Cuenca-Ecuador; email: angelica.ochoa@ucuenca.edu.ec



energía diaria (11). Un análisis de Brasil y Uruguay sugiere una asociación entre el consumo de alimentos ultraprocesados y la obesidad en niños menores de 4 años (12). Finalmente, un estudio en Chile, concluyó que la mayoría de preparaciones tradicionales se elaboran principalmente utilizando ingredientes mínimamente procesados tales como legumbres (13).

En cuanto a la calidad de la dieta en diferentes entornos, y políticas, un estudio en Costa Rica concluye que el consumo carbohidratos complejos, se asocia con una mejor adecuación de micronutrientes, diversidad de la dieta, menor índice de masa corporal y menor adiposidad central (14). Un estudio en Ecuador, indica que el 39% de los niños en edad escolar son consumidores frecuentes de productos “no saludables” con alto contenido energético, consumo asociado con la compra de refrigerios en las escuelas, resaltando la necesidad de fortalecer las políticas de alimentación escolar (15). Otro estudio llevado a cabo en una universidad en Colombia demuestra que las máquinas expendedoras de alimentos ofertan en su mayoría productos “no saludables” como resultado de falta de políticas regulatorias y de una normalización histórica de su existencia en estos entornos (16). Por su parte, un estudio en adolescentes guatemaltecas residentes en zonas rurales de estratos socioeconómicos bajos con altos índice de inseguridad alimentaria, documenta una dieta poco diversa, con escaso consumo de alimentos de origen animal y consecuentemente, con emisiones de gases de efecto invernadero inferiores a estudios previos en América Latina que no se centraron en poblaciones rurales de escasos recursos (17). Datos de vigilancia epidemiológica en Campinas-Brasil, una zona con un muy alto Índice de Desarrollo Humano, muestra una importante disminución en la prevalencia de desnutrición crónica, como consecuencia de varias estrategias tales como el programa nacional de alimentación escolar, distribución de canastas de alimentos de primera necesidad, programas de transferencias económicas y conformación de un comité municipal en pro de la lactancia materna y la alimentación complementaria saludable (18).

Finalmente, un estudio en Uruguay demuestra que los profesionales de la nutrición prefieren usar tablas de composición de alimentos internacionales (i.e., USDA) debido a su fácil acceso gratuito en línea, riqueza en productos disponibles y actualizaciones constantes (19). En Argentina, se proponen alternativas saludables y sostenibles para alimentos que comúnmente causan un desbalance nutricional (20). Un estudio de revisión concluye que los modelos de ecuaciones estructurales son los más comúnmente usados para el modelamiento de los patrones de alimentación, y resalta que los autores deben justificar y documentar la pertinencia del uso de dichos modelos (21).

La rica información compilada en este suplemento enfatiza la necesidad de diseñar estrategias y abogar por políticas integrales que por un lado mitiguen el importante efecto de la pandemia por COVID-19, y por otro, perpetúen y promuevan el consumo de dietas tradicionales basadas en alimentos mínimamente procesados. También es importante analizar el hecho de que las dietas de poblaciones de escasos recursos potencialmente tendrían un menor impacto en el medioambiente, sin embargo, esto ocurre en poblaciones vulnerables con altos índices de inseguridad alimentaria, afrontamos el reto de garantizar la seguridad alimentaria de estas poblaciones sin incrementar el impacto medioambiental.

## Referencias

1. Murray CJL, Aravkin AY, Zheng P. *et al.* Global burden of 87 risk factors in 204 countries and territories, 1990–2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. *Lancet* 2020;396(10258):1204–1222. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30752-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30752-2)

2. FAO, IFAD, PAHO, UNICEF, WFP. Latin America and the Caribbean - Regional Overview of Food Security and Nutrition 2023: Statistics and trends [Internet]. 2023 [cited 2023 Dec 29]. Available from: <https://www.fao.org/documents/card/es/c/CC8514EN>
3. Global Dietary Database [Internet]. [cited 2023 Dec 29]. Available from: <https://www.globaldietarydatabase.org/>
4. Miller V, Webb P, Cudhea F, *et al.* Author Correction: Global dietary quality in 185 countries from 1990 to 2018 show wide differences by nation, age, education, and urbanicity. *Nat Food* 2023; 4: 191 <https://www.nature.com/articles/s43016-023-00705-0>
5. SLAN. XX Congreso de la Sociedad Latinoamericana de Nutrición [Internet]. SLAN 2023. 2023 [cited 2023 Dec 29]. Available from: <https://www.slan2023.com/>
6. Crovetto M, Coñuecar Silva S, Sepúlveda MJ, Concha K. La pandemia de COVID-19 y el cumplimiento de las guías alimentarias en una comunidad universitaria de Chile. *Arch Latinoam Nutr* 2023; 73(supl 2): 112-122 <http://doi.org/10.37527/2023.73.S2.013>
7. Ortega-Velez MI, Bon-Padilla KA, Contreras-Paniagua AD, Portillo-Abril GE, González-Valencia DG. Estado nutricional de niños del noroeste de México pre y post pandemia por COVID-19. *Arch Latinoam Nutr* 2023; 73(supl 2): 58-64. <http://doi.org/10.37527/2023.73.S2.007>
8. de Almeida Moura L, dos Santos Elaine Valdina O, Diego Machado A. *et al.* Associação entre insegurança e consumo alimentar em universitários brasileiros durante a pandemia de COVID-19. *Arch Latinoam Nutr* 2023;73(supl 2): 84-91. <http://doi.org/10.37527/2023.73.S2.010>
9. Raulino Tramontt C, Cisterna Melo IB, Galastri Baraldi L, Lima Tribst AA. Relationship between food environment, social isolation and diet quality in Brazil. *Arch Latinoam Nutr* 2023;73(supl 2): 102-111. <http://doi.org/10.37527/2023.73.S2.012>
10. Correa Madrid MC, Cediell, Gustavo. Momentos alimentarios y consumo de productos ultraprocesados durante el día, Antioquia, Colombia. *Arch Latinoam Nutr*. 2023; 73(supl 2): 24-34. <http://doi.org/10.37527/2023.73.S2.004>
11. Aquino Ramírez A, Tarazona Meza C, Curri Quinto K. Ingesta de alimentos ultraprocesados y circunferencia de cintura según área de residencia en adultos peruanos. *Arch Latinoam Nutr* 2023;73(supl 2): 73- 83. <http://doi.org/10.37527/2023.73.S2.009>
12. Pereyra-González I, Buffarini R, Gomez A, Fariás-Antúnez S, Fletcher AM, Gómez Garbero L, *et al.* Ultra-processed food consumption and nutritional status in Uruguayan and Brazilian children between three to five years. *Arch Latinoam Nutr* 2023;73(supl 2): 47-57. <http://doi.org/10.37527/2023.73.S2.006>
13. Quezada-Figueroa G, Riquelme-Riquelme S, Lara-Sanhueza J, Melín-Palma D, Navarro-Cruz A, Segura-Badilla O. Sostenibilidad alimentaria y prevalencia de consumo de preparaciones tradicionales y típicas en hogares del centro-sur de Chile. *Arch Latinoam Nutr* 2023;73 (supl 2): 16-23. <http://doi.org/10.37527/2023.73.S2.003>
14. Segura-Buján MV, Chinnock A, Salas Hidalgo E, Gómez G. Calidad de los Carbohidratos en la dieta de la población urbana costarricense. *Arch Latinoam Nutr* 2023;73( supl 2): 5-15. <http://doi.org/10.37527/2023.73.S2.002>
15. Jácome J, Escandón S, Rodríguez A. *et al.* Unhealthy food consumption among Ecuadorian children: A cross-sectional study in the context of the school food regulation. *Arch Latinoam Nutr* 2023;73(supl 2): 35-46. <http://doi.org/10.37527/2023.73.S2.005>
16. Pava-Cárdenas A, López-Ramírez P, Rueda Gómez AL, Reyes Gavilán PA. Encrucijadas sobre ¿qué vender?: máquinas expendedoras en entornos alimentarios universitarios. *Arch Latinoam Nutr* 2023;73(supl 2): 140-150. <http://doi.org/10.37527/2023.73.S2.016>
17. Alvarez Escobar AG, Mazariegos M, Álvarez Castañeda MG, Boy E. Estimación de emisiones de gases de efecto invernadero en la dieta de mujeres adolescentes en áreas rurales de oriente de Guatemala. *Arch Latinoam Nutr* 2023;73(supl 2): 131-139. <http://doi.org/10.37527/2023.73.S2.015>
18. Navarro de Azevedo L, de Oliveira Gallo C, Jaime P, Galastri Baraldi L. Temporal trend in the nutritional status of children in a Brazilian metropolis in food and nutrition policies. *Arch Latinoam Nutr* 2023;73(supl 2):65-72. <http://doi.org/10.37527/2023.73.S2.008>

19. Moreira García IL, Ferreira Cigliutti MJ, Machin Sebben LV. *et al.* Encuesta a profesionales sobre la nueva base de datos de composición de alimentos de Uruguay. Arch Latinoam Nutr 2023;73(supl 2): 123-130. <http://doi.org/10.37527/2023.73.S2.014>
20. Albornoz M, Britos S. Transición saludable y sostenible en Argentina. Arch Latinoam Nutr 2023;73(supl 2): 92-100. <http://doi.org/10.37527/2023.73.S2.011>
21. Soto G, Lucero P, Escandón S. *et al.* Modelos de variables latentes en patrones de alimentación y actividad física en niños/adolescentes: una revisión sistemática. Arch Latinoam Nutr 2023;73(supl 2): 151-161. <http://doi.org/10.37527/2023.73.S2.017>