

JANINA MARCANO

Resultado de estudios nacionales de Aramark-Cadem y de Nestlé-Ipsos y la U. Finis Terrae:

La inflación amenaza con empeorar la alimentación de los chilenos y aumentar los problemas de salud

Casi el 40% de la población dice que el costo actual de los alimentos es la mayor dificultad para una nutrición saludable y más del 60% ve amenazada la dieta de sus hijos. Además, más de un tercio de las personas ha dejado de consumir proteínas clave, como el pescado.

Los grandes estudios con datos a nivel nacional revelan una realidad preocupante, a juicio de los especialistas, sobre cambios en los patrones de alimentación de los chilenos asociados con la inflación que atraviesa el país.

Los primeros resultados del Observatorio Nutricional de Nestlé 2022, una nueva investigación realizada por IPSOS y la Universidad Finis Terrae, reveló lo siguiente: 39% de los encuestados declara que el costo actual de los alimentos es la mayor dificultad para acceder a productos saludables, y un 65% ve amenazada la alimentación de sus hijos en el caso de que los precios sigan subiendo.

Para la investigación se encuestó a 600 familias, padres y madres de la Región Metropolitana (49%) y regiones (51%). Se trata de una muestra representativa de toda la población nacional, según los autores del trabajo.

Los hallazgos se dan a conocer en medio de un escenario inflacionario cercano al 14% en Chile, por el cual los precios de los alimentos han aumentado en torno a 22% en los últimos doce meses, según el Instituto Nacional de Estadísticas (INE).

"Cuando uno piensa en la repercusión de esto, hay que pensar a corto y largo plazo, donde al principio veremos a niños con problemas de desarrollo y alteraciones del crecimiento, y luego a adultos con más problemas de salud, como alteraciones metabólicas, a consecuencia de una alimentación menos saludable", dice Edson Bustos, académico de la Escuela de Nutrición de la U. Finis Terrae.

"A largo plazo, tendremos más población adulta con enfermedades declaradas, como diabetes e hipertensión. Y uno sabe que esas personas tendrán un menor rendimiento laboral y aumentarán la carga de salud pública, lo que afecta la economía del país", añade Bustos.

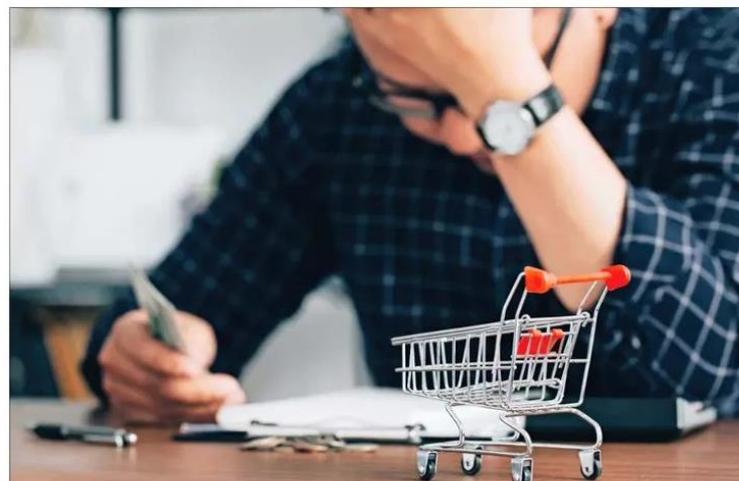
Nutrientes básicos

En esa misma línea, la "Radiografía de la alimentación Aramark-Cadem 2022", un estudio que se realiza por segunda vez, reveló este año datos similares: 66% de los chilenos declara que producto de la inflación dejó de consumir ciertos alimentos.

El 50%, por ejemplo, señaló que ha optado por dejar o ha reducido considerablemente la compra de carnes rojas. El 36%, en tanto, asegura que dejó de lado pescados y mariscos.

Además, el 50% de los encuestados también dice que busca ahorrar dinero comprando alimentos más baratos o menos saludables. Este trabajo consideró una muestra representativa de la población nacional.

"Esto nos lleva a pensar que vamos a necesitar hacer un fuerte énfasis en la educación nutricional, dado que muchas veces las personas piensan que pueden sustituir proteína animal más natural, que se ha vuelto más costosa, por algunas procesadas, como vienas u otros embutidos, de los que se obtiene principalmente grasa, lo que tendría un impacto en la salud de los chilenos", comenta Evelyn Figueroa, nutricionista y encargada de planificación y coordinación de programas de vida saludable



La disminución en el consumo de nutrientes clave debido al alza de los precios, como la proteína, preocupa a los expertos. Aprender sobre los sustitutos de menor costo pero de igual calidad nutricional será clave.

“Las personas tendrán que manejar más información sobre nutrición basada en la evidencia, para buscar alimentos sustitutos de menor precio pero de calidad nutricional”.

VERÓNICA IRRIBARRA
 NUTRILOGA DE LA FACULTAD DE MEDICINA UC

de Aramark, empresa experta en servicios de alimentación.

La disminución del consumo de pescados y mariscos preocupa especialmente a los expertos, considerando que en el país ya se consumía menos de lo recomendado de estos alimentos, aseguran.

"Vamos a tener un déficit de ácidos grasos importantes, como Omega 3, que son muy necesarios para el desarrollo y la buena salud del cerebro", advierte Verónica Iribarra, nutrióloga y académica de la Facultad de Medicina de la Universidad Católica.

Los entrevistados creen que los resultados sugieren que la población

“La elección de los alimentos y la versatilidad de las preparaciones van a ser muy importantes debido a la inflación. Será necesario educar a la población sobre esto”.

EDSON BUSTOS
 DIRECTOR DEL DIPLOMADO EN NUTRICIÓN DE LA U. FINIS TERRAE

deberá buscar estrategias para ser más eficiente en la compra de sus alimentos, para así asegurar una alimentación saludable, a pesar del escenario económico.

Una forma de lograrlo es a través de políticas públicas que fomenten la educación sobre nutrición saludable. "Frente a una situación de mayor costo de los alimentos, uno querría que los hogares aprendan sobre cómo pueden sobrelevarlo y dejen de consumir productos que no proveen vitaminas ni minerales, como dulces o bebidas azucaradas, para privilegiar el consumo de alimentos más económicos pero con mayor aporte

“Enfrentamos una crisis y debemos responder para proteger la salud. El llamado a las familias es privilegiar alimentos saludables y a las autoridades, dar respaldo”.

CAMILA CORVALÁN
 EXPERTA EN SALUD PÚBLICA Y NUTRICIÓN DEL INTA

nutricional, como porotos, vegetales, frutas y verduras", opina Camila Corvalán, especialista en salud pública y académica del Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos (INTA), de la U. de Chile.

Programas educativos

En la misma línea opina Bustos. "De todas maneras, la educación alimentaria va a ser más relevante que nunca en el contexto que estamos viviendo (...) será necesario que el Estado desarrolle y fortalezca programas de educación sobre nutrición saludable, incluyendo intervención de

Percepción vs. realidad

El Observatorio Nutricional de Nestlé también reveló que existe una brecha entre la percepción de los padres respecto a la alimentación saludable y la llevada a la práctica. Según los datos, un 70% de ellos considera que sabe mucho o bastante respecto a la alimentación saludable, y un 74% cree que la alimentación actual de sus hijos es muy o bastante saludable. Sin embargo, los autores del trabajo destacan que los últimos resultados del Mapa Nutricional de la Junaeb indican que el estado nutricional de los niños y niñas dista de ser saludable en su mayoría. La prevalencia de obesidad alcanza al 31% de los niños. "Esto es muy curioso, porque no conversa la percepción de la familia con el verdadero estado nutricional de sus hijos. En ese sentido, es fundamental la educación de la población, incluyendo a mujeres en edad fértil", opina Bustos.

colegios y participación de los padres", dice el experto. Y añade: "Ya no podemos seguir diciéndole a la gente que coma frutas y verduras, porque eso todo el mundo lo sabe. El tema acá es enseñar sobre cómo implementamos una alimentación saludable en este escenario complejo".

Los expertos también enfatizan en la importancia de la unión entre el sector público y privado para buscar soluciones. "Las problemáticas asociadas a la nutrición y alimentación son esencialmente multifactoriales, por lo que estamos convencidos de que es necesario impulsar la intersectorialidad bajo el propósito común de lograr desarrollar hábitos alimentarios saludables (...) que entidades de educación, salud, empresas, universidades, organizaciones y la sociedad civil nos unamos y aportemos miradas distintas para llegar a una mejor solución", dice Bárbara Bräuchle, nutricionista y gerente del área de nutrición, salud y bienestar de Nestlé.

Un escenario donde la población se ve expuesta a una alimentación de baja calidad es un tema muy relevante si se considera que la nutrición es responsable directa de dos tercios de las muertes que ocurren en Chile cada año, dice Corvalán.

"En el fondo, el rol que juega la nutrición en la salud y el desarrollo del país es sumamente central. Hoy día los estudios muestran una carga de enfermedad muy importante asociada al poco consumo de frutas, verduras y otros alimentos saludables. Nos vemos obligados a responder como país para proteger a nuestra población", puntualiza la experta en salud pública.

36%
 de los chilenos señala que ha tenido que endeudarse para poder comprar comida, según la Radiografía de Alimentación Aramark-Cadem 2022.

45%
 de las personas en Chile buscaría alternativas de productos más baratos en lugares como ferias libres o supermercados mayoristas, según el Observatorio Nutricional de Nestlé 2022.