

La SAN en defensa del alimento Los alimentos: un bien imprescindible

En los últimos años hasta la actualidad hemos asistido a un proceso sorprendente de demonización categórica de la mayoría de los grupos de alimentos. Este fenómeno está guiado la mayor parte de las veces, por “pseudo expertos”, individuos sin especialización en alimentos, salud y nutrición. Consideramos que ha llegado la hora de quitarle a los alimentos el rótulo de “amenazante” ya que estos son un bien imprescindible.

Desde la Sociedad Argentina de Nutrición (SAN) creemos que la pluralidad de voces es necesaria. Sin embargo, la demonización de los alimentos que algunos sectores instalaron con argumentos carentes de base científica, pueden convencer al consumidor desprevenido. Los medios de comunicación (diarios, TV, revistas, Internet) representan las fuentes primarias de la información. Cuando estas fuentes comunican mensajes absolutos, enfatizando los aspectos negativos de los alimentos, pueden generar un pensamiento dicotómico y ambivalente, generando ansiedad, desesperanza e incremento de la incidencia de ortorexia (Obsesión patológica por consumir alimentos saludables, puros y limpios).

El proceso de demonización de los alimentos incide en la gestión de la salud pública y configura un nuevo escenario con enorme impacto en la nutrición y la calidad de vida de los ciudadanos. La demonización acorrala al consumidor sin generar mejoras en el mercado de los alimentos.

Este tema nos preocupa y nos ocupa hoy en la SAN ya que configuran un nuevo escenario con enorme impacto en la nutrición y la calidad de vida de los ciudadanos, y estos mensajes pueden generar en la sociedad una sensación de temor y un rechazo a las recomendaciones nutricionales de las Guías Alimentarias que están vigentes en nuestro país (Las mismas se pueden descargar en forma gratuita desde la página web de la SAN. <http://www.sanutricion.org.ar/biblioteca-publicaciones.html>).

Es objetivo primordial de la SAN facilitar elecciones alimentarias informadas y saludables ya que consideramos que la nutrición es una herramienta primaria para mejorar la salud y calidad de vida de todos los ciudadanos.

Una alimentación saludable es aquella que promueve la salud y previene la enfermedad. Desde la SAN aconsejamos que una alimentación saludable debe ser completa, suficiente, variada, placentera, sostenible en el tiempo, debe respetar las tradiciones y las costumbres de las personas para que esta pueda ser compartida.

Es por esto, y para conmemorar los 75 años de la SAN, que se organizarán a lo largo del año 2016, una serie de jornadas sobre los diferentes grupos de alimentos (carne, lácteos, cereales y legumbres, especias, infusiones, aceites y alimentos indulgentes, etc) Son objetivos fundamentales para la SAN en todas sus acciones, la búsqueda de la evidencia

científica y la transparencia de los expertos. Por este motivo las Jornadas de la SAN, en defensa del alimento, no solo estarán dictadas por prestigiosos profesionales de la nutrición, sino que cuentan con el apoyo de profesionales del INTA, del Ministerio de Salud, y otras prestigiosas instituciones.

Invitamos a todos los profesionales interesados en el campo de la nutrición y su impacto sanitario a acercarse a nuestra Sociedad y a participar de las jornadas.

Por la Comisión Directiva de la Sociedad Argentina de Nutrición