

Comida chatarra en las escuelas. Urge un hasta aquí

Miércoles, 27 de Enero de 2010

La necesidad de aplicar política en contra de los malos hábitos de consumo no representa más que el reflejo del fracaso de la política de desarrollo del país. Desde la ausencia de crecimiento del ingreso per cápita en los últimos 25 años, hasta el paulatino desmantelamiento de la industria nacional, que ha sido remplazada por transnacionales, pasando por un modelo educacional politizado, clientelar y obsoleto, hasta una participación de los medios de comunicación masiva que han distorsionado los patrones de consumo tradicionales para favorecer a grandes transnacionales, que muchas veces nos venden lo que ya no pueden vender en sus países.

En realidad es una aberración plenamente vigente en nuestro país el hecho de que a 200 años de nuestra independencia no tengamos un sistema educativo (ni siquiera cercano o tendiente a ser de clase mundial). Así como también es una vergüenza el que no se cuente con un sistema institucional de desayunos escolares sanos, ni con un sistema de abasto de alimentos a las escuelas para que éstas puedan ofrecer al estudiantado alimentos nutritivos y a precio accesible...Mucho menos se ejerce un control alguno sobre lo que venden las supuestas cooperativas en las escuelas públicas y privadas del país. Aparte de que es una tradición escolar en México el que justo en la puerta de entrada y salida de las escuelas, se vendan de manera informal "ilegalmente" todo tipo de alimentos chatarra.

Sin duda esta falta de control es una vergüenza para las autoridades relacionadas con el sector educación y con el sector Salud, para los padres de familia, el magisterio y la ciudadanía en general.

Bien sabido es que la incidencia de la obesidad y sobrepeso entre 1999 y el 2006 fue de 41% en niños y de 27% en niñas.

México enfrenta grandes problemas de mala nutrición y parte de ese problema está en las escuelas; sin embargo, no podemos tapar el Sol con un dedo y negar que este grave problema nutricional está íntimamente relacionado con el fracaso del modelo económico vigente, la caducidad evidente del sistema político de partidocracia, presidencialismo y feudos sin control en las entidades federativas, así como el gran fracaso de nuestro sistema educativo anacrónico, ya que gira en torno a los intereses políticos en vez de maximizar la participación de los padres de familia como contrapeso y la calidad de la preparación que le brinde a los ciudadanos.

Por ello, si bien considero urgente aplicar medidas para frenar ese fenómeno de malversión de los patrones de consumo en los menores, tales como eliminar la venta y distribución de productos chatarra en las escuelas, así como fomentar una cultura de salud en alumnos y padres, no menos importante es el tener una autosuficiencia alimentaria, o al menos un campo productivo, una política de orientación al consumidor efectiva, una política y modelo económico que nos induzca por la tan anhelada y distante senda del pleno empleo, una política industrial que realmente incentive a la consolidación de una industria nacional, el control cualitativo de las importaciones y las

exportaciones, una revolución educativa que nos brinde un modelo educacional de clase mundial, una distribución del ingreso justa, una reforma de Estado, etcétera.

El consumo de la comida chatarra prolifera en esta empobrecida nación. Ya desde principios de los años 50 comenzó la invasión de la comida chatarra proveniente de Estados Unidos en forma, primero de perros calientes (hot-dogs.), de refrescos de todas marcas y de pan de caja, que vinieron a desplazar poco a poco a los alimentos nacionales, por la novedad de productos "iguales" a los que consumían los gringos. Actualmente, hemos acabado por volvernos el país que más refrescos consume. La comida chatarra es la que no nutre, causa trastornos en el organismo y deficiencias en nuestra salud en general y, que además por lo general es cara.

Los aditivos que más se utilizan son colorantes, saborizantes, emulsificantes, gelificantes, separadores, estabilizadores, clarificadores, humectantes, blanqueadores, espesantes, solventes, liberadores, espumosos, ácido ascórbico, ácido benzoico, nitratos y nitritos, edulcorantes. Para legislar sobre comida chatarra se deberá incluir en las restricciones el uso indiscriminado de todo tipo de aditivos. Al enlatar un alimento se tuvo que pensar también en qué añadirle a la tapa para que no se echara a perder el contenido; esos "añadidos" reciben el nombre de aditivos.

Dentro de lo que se considera comida chatarra se incluyen los siguientes alimentos más dañinos al organismo: refrescos, dulces, pastelitos, frituras, gelatinas, bebidas, jugos artificiales (químicos), malvaviscos, papitas, galletas con componentes artificiales, peperoni.

Enfermedades que provocan: alergias incurables, tumores linfáticos, colitis, gastritis, diarrea, úlceras gástricas, obesidad, desnutrición, daño irreversible a los cromosomas.

Una alternativa es buscar que la comida sea lo más vegetariana: alimentación que consiste en el consumo de productos naturales y vegetales, principalmente frutas y verduras frescas, soya, germen de trigo, jugos naturales, semillas naturales; evitando el consumo de productos industrializados y al máximo posible las carnes.

Debiera brindarse al estudiantado una dieta balanceada, que es la que contiene todos los elementos necesarios para seguir con vida, sin engordar ni debilitarse, como vitaminas, grasas, sales, carbohidratos, proteínas y agua.

Que incluyera también las principales sales minerales: calcio, sodio, potasio, magnesio, hierro y fósforo.

Actualmente, México es uno de los países que más consume productos chatarra y con mayores problemas eminentes de desnutrición y obesidad, teniendo un mínimo porcentaje de personas que se alimentan saludablemente.

Como ya lo mencionamos y lo reiteramos, en México, aparte de una ley que regule la venta de comida chatarra en las escuelas, se requiere, para empezar, una reforma de Estado, un cambio de modelo económico y de desarrollo, que tenga como piedra angular una revolución educativa en el país, complementado con una serie de políticas que ataquen integralmente el problema de la nutrición en México; que cubra desde la

prohibición del bombardeo publicitario de productos chatarra a los niños, hasta que regule y prohíba el uso de colorantes y aditivos ya vedados en el primer mundo, el incentivar en el campo la autosuficiencia alimentaria, hasta la educación nutricional de las madres.

El gobierno debe incorporar como tareas del instituto nacional y estatal de nutrición, entre otras, al menos las siguientes áreas:

Conocer acerca de los alimentos que más se consumen en nuestro país (comida chatarra) y que generan, entre las causas primordiales, diversas enfermedades al cuerpo humano. Destacar la importancia de modificar nuestro hábito alimenticio manifestando como alternativa los productos vegetarianos y/o naturales. Hacer énfasis a las amas de casa en la importancia de reivindicar los hábitos alimenticios para mejorar la salud física y mental.

La falta de educación en la alimentación nos ha llevado a tropezar con un grande problema en nuestra sociedad. Todos somos testigo, de que cada día que pasa hay más enfermos. Todos somos testigos de gente que conocemos a nuestro derredor y que padece alguna enfermedad y todo esto es por la forma antinatural en que nos alimentamos.

El tema de la nutrición es tan serio que debería ponernos a pensar en lo que nos llevamos a la boca. Tratamos de alertar a las amas de casa de lo peligroso que se ha vuelto comer, incluso hasta en nuestra propia casa. Difundir información acerca de lo peligroso que resulta comer productos chatarra nos ha llevado a plantear una alternativa de alimentación saludable: los alimentos naturales y una dieta rica en productos vegetales.

Si la gran cantidad de amas de casa consume con mayor frecuencia los productos chatarra, entonces ellas tienen malos hábitos nutrimentales y su alimentación no es saludable.

Si el resto de las amas de casa consumen con mayor frecuencia los alimentos vegetarianos, entonces tienen buenos hábitos alimenticios y saludables. México ocupa el segundo lugar mundial en problemas de obesidad, mientras que el primer lugar es de Estados Unidos.

La obesidad ha llevado a enfermedades como la diabetes, hipertensión, artritis, así como problemas cardiovasculares.

Los especialistas afirman que la obesidad es un problema social complejo y grave, derivado de la pobreza y la falta de conocimiento sobre la nutrición, por lo que es necesario atenderlo y resolverlo.

La hipertensión arterial es una de las complicaciones más frecuentes de la obesidad y está muy relacionada con el síndrome metabólico.

La industrialización alimenticia en manos de monopolios gringos ha venido degenerando la comida mexicana, desde la tradicional tortilla hasta las bebidas antaño

nutritivas y hoy desnutritivas. México come hoy peor que hace cuatro siglos, y las compañías norteamericanas, fabricantes de bebidas artificiales, pastelitos, dulces, refrescos, galletas y latería, son en gran parte, culpables.