Cómo lograr que la selección de alimentos saludables sea una verdadera opción para todos los chilenos

Por Isabel Zacarías Hasbún
Nutricionista y Magister en Nutrición Humana de la Universidad de Chile
Programa 5 al día

En su misión de contribuir al logro de una óptima alimentación y nutrición de la población chilena, el INTA de la Universidad de Chile ha trabajado desde sus inicios en difundir los conocimientos científicos a la comunidad nacional, a través de la comunicación en términos simples de lo que significa la selección de una alimentación saludable, incluyendo además la realización de actividad física regular y permanente para mejorar la calidad de vida de las personas.

Los altos índices de sobrepeso y obesidad, tanto en adultos como en niños en la población chilena, han puesto de manifiesto la necesidad de coordinar nuevas y más acciones entre los distintos sectores, es decir, el gobierno, la academia y el sector productivo.

Una de las acciones en las cuales el INTA está trabajando en forma coordinada con las autoridades de gobierno es en la propuesta de implementación de la "Ley de Composición de Alimentos y su Publicidad". Dicha Ley pretende la definición de cantidad de nutrientes críticos en los alimentos procesados, como sodio, azúcares (totales y añadidos), grasas saturadas y trans y energía. Asimismo, busca regular la publicidad de alimentos infantiles.

Con el propósito de contribuir a la implementación de la Ley, el INTA de la Universidad de Chile es el referente académico y técnico que se encuentra trabajando en una propuesta para la definición de dichos estándares, sobre la base de la información científica disponible, así como de la experiencia internacional. Esta permitirá al Ministerio de Salud definir criterios y contenidos máximos permitidos para cada nutriente crítico, de manera que se pueda establecer qué alimentos –por contener contenidos elevados de dichos nutrientesódeben ser rotulados con una leyenda específica que informe esta circunstancia al consumidor. Se está trabajando en la propuesta de límites para cada nutriente crítico, de tal manera que aquellos alimentos que contengan cantidades superiores a esos valores deberán colocar un mensaje de advertencia.

Lo que finalmente se espera es que el consumidor tenga acceso a una información nutricional en la etiqueta de los productos alimenticios en forma clara y fácil de comprender, de tal manera que la selección de alimentos saludables sea una verdadera opción para toda la población y no solamente para aquella con mayor nivel de conocimientos en el tema.