

Indart, Paula ; Tuñón, Ianina

Aportes para la educación alimentaria: información nutricional y etiquetado como una oportunidad

**Observatorio de la Deuda Social Argentina
Barómetro de la Deuda Social de la Infancia
Serie del Bicentenario (2010-2016)
Boletín N° 1, 2017**

Este documento está disponible en la Biblioteca Digital de la Universidad Católica Argentina, repositorio institucional desarrollado por la Biblioteca Central “San Benito Abad”. Su objetivo es difundir y preservar la producción intelectual de la Institución.

La Biblioteca posee la autorización del autor para su divulgación en línea.

Cómo citar el documento:

Indart, P., Tuñón, I. (2017). *Aportes para la educación alimentaria : información nutricional y etiquetado como una oportunidad* [en línea]. Observatorio de la Deuda Social Argentina. Barómetro de la Deuda Social de la Infancia. Serie del Bicentenario (2010-2016), boletín n° 1. Universidad Católica Argentina. Disponible en: <http://bibliotecadigital.uca.edu.ar/repositorio/investigacion/aportes-educacion-alimentaria-2017.pdf> [Fecha de consulta: [....]]



ISBN 978-987-620-330-2

Aportes para la educación alimentaria:

Información Nutricional y Etiquetado como una oportunidad.

ODSA

Observatorio
de la Deuda
Social Argentina

BARÓMETRO
DE LA DEUDA SOCIAL
DE LA INFANCIA

Serie del Bicentenario (2010-2016)
Boletín N° 1 - Año 2017



Indart, Paula y Tuñón, Ianina

Aportes para la educación alimentaria: Información Nutricional y Etiquetado como una oportunidad.

Indart, Paula y Tuñón, Ianina - 1ª ed. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Educa, 2017.

36 p.; 27 x 21 cm.

ISBN 978-987-620-330-2

1. Derechos. 2. Información alimentaria. 3. Etiquetado. 4. Nutrición 5. Argentina.

CDD 613.2

**OBSERVATORIO
DE LA DEUDA
SOCIAL ARGENTINA**

Director de Investigación

Agustín Salvia

Director de Gestión Institucional

Juan Cruz Hermida

Coordinadora del estudio

Ianina Tuñón

Autores

Paula Indart Rougier

*Investigadora del Área de Nutrición, Salud y
Calidad de Vida de ILSI Argentina.*

*Docente de las Carreras de Lic. Nutrición de la
Universidad Favaloro y Universidad de Morón*

Ianina Tuñón

*Investigadora Responsable del Barómetro
de la Deuda Social de la Infancia*

**BARÓMETRO
DE LA DEUDA SOCIAL
DE LA INFANCIA**

Se agradece las contribuciones del Prof.
Dr. Alberto Cormillot y la Dra. Susana Socolovsky

Asistente de Investigación

Lucia Iannacone (Becaria UCA)

Colaboradores

Juan Segundo Turza (Asistente)

Natalia Ramil (Prensa)

Socio Principal de este Boletín

Coca-Cola de Argentina

**Socios del Barómetro de la Deuda Social
de la Infancia**

Banco Industrial y Coca-Cola de Argentina

Diseño e impresión

Artes Gráficas Integradas

www.agi.com.ar

"Los autores de la presente publicación ceden sus derechos a la Universidad, en forma no exclusiva, para que incorpore la versión digital de los mismos al Repositorio Institucional de la Universidad Católica Argentina como así también a otras bases de datos que considere de relevancia académica. Asimismo, la Universidad Católica Argentina autoriza a Banco Industrial y Coca Cola de Argentina a la difusión de los mismos."

Lo publicado en esta obra es responsabilidad de los autores y no compromete la opinión de la Pontificia Universidad Católica Argentina, Banco Industrial y Coca Cola de Argentina.

© 2017. Derechos reservados por Fundación Universidad Católica Argentina.

Libro editado y hecho en la Argentina

Printed in Argentina

Queda hecho el depósito que previene la ley 11.723

© Fundación Universidad Católica Argentina

Av. Alicia M. de Justo 1300.

Buenos Aires, Argentina.

ISSN 1853-6204

LA ALIMENTACIÓN ES UN DERECHO HUMANO FUNDAMENTAL

El derecho a la alimentación ha obtenido amplio reconocimiento como derecho humano en diversos instrumentos legales de proyección internacional, desde que en 1948 la Declaración Universal de los Derechos Humanos, aprobada por la Asamblea General de las Naciones Unidas, lo reconoció formalmente al señalar en su artículo 25º: *toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, al igual que a su familia, la salud y el bienestar, en especial la alimentación*. En 1966, este derecho fue específicamente ratificado por el Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales, cuyo artículo 11º establece:

El derecho a la alimentación adecuada se ejerce cuando todo hombre, mujer o niño, ya sea solo o en común con otros, tiene acceso físico y económico, en todo momento, a la alimentación adecuada o a medios para obtenerla. El derecho a la alimentación adecuada no debe interpretarse, por consiguiente, en forma estrecha o restrictiva asimilándolo a un conjunto de calorías, proteínas y otros elementos nutritivos concretos.

Asimismo, este instrumento internacional considera que el contenido básico del derecho a la alimentación adecuada comprende no solo *la disponibilidad de alimentos en cantidad y calidad suficientes para satisfacer las necesidades alimentarias de los individuos, sin sustancias nocivas, y aceptables para una cultura determinada*; sino también *la accesibilidad de esos alimentos en formas que sean sostenibles y que no dificulten el goce de otros derechos humanos*.

Tres décadas más tarde, en 1999, y atendiendo a la solicitud formulada por los Estados Miembros durante la Cumbre Mundial sobre la Alimentación (Roma, 1996), el Comité de Derechos Económicos, Sociales y Culturales de la Organización de las Naciones Unidas agrega a este Pacto Internacional la Observación general 12, denominada “*El derecho a*

una alimentación adecuada”¹, a fin de señalar las principales cuestiones que el Comité consideraba de importancia en relación con el derecho a la alimentación adecuada.

Ya durante la década en curso, en 2012, la XVIII Asamblea Ordinaria del Parlamento Latinoamericano, con el apoyo de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) y en el marco de la “Iniciativa América Latina y Caribe sin Hambre”, fue aprobada por unanimidad la Ley Marco *Derecho a la Alimentación, Seguridad y Soberanía Alimentaria*, cuyos artículos 10º y 12º establecen matices hasta entonces no contemplados. De hecho, afirma el artículo 10º de esta Ley:

El derecho a una alimentación adecuada es el derecho humano de las personas, sea en forma individual o colectiva, de tener acceso en todo momento a alimentos adecuados, inocuos y nutritivos con pertinencia cultural, de manera que puedan ser utilizados adecuadamente para satisfacer sus necesidades nutricionales, mantener una vida sana y lograr un desarrollo integral. Este derecho humano comprende la accesibilidad, disponibilidad, uso y estabilidad en el suministro de alimentos adecuados”.

Y explicita el artículo 12º, acerca de la población infantil: *Los niños y niñas tienen derecho a una alimentación y nutrición adecuadas a su edad que le permitan crecer y desarrollarse*, estableciendo de inmediato que *toda persona que padece hambre o desnutrición, o se encuentra en situación de riesgo de padecer hambre o desnutrición, tiene el derecho a recibir una cantidad mínima de alimentos necesarios conforme a su edad, sexo, condición de salud y ocupación*.

En la Argentina, el derecho a la alimentación ha sido reconocido por la Constitución Nacional en su artículo 75º, inciso 22, el cual instituye que la Declara-

1 Organización de las Naciones Unidas (ONU), Consejo Económico y Social, Comité de Derechos Económicos, Sociales y Culturales. Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales. Observación general 12: El derecho a una alimentación adecuada (Art. 11º). Ginebra, 1999.

ción Universal de Derechos Humanos, el Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales y la Convención sobre los Derechos del Niño (entre otras declaraciones, convenciones y pactos complementarios de derechos y garantías), en las condiciones de su vigencia, tienen jerarquía constitucional, no derogan artículo alguno de la primera parte de la Constitución y deben entenderse complementarios de los derechos y garantías por ella reconocidos.²Contemplando este marco normativo, y ante la evidencia de los problemas de salud pública que

hoy enfrenta la sociedad argentina, es imperativo investigar las dificultades que afronta nuestra población a la hora de realizar una alimentación saludable, tanto como el uso que se realiza de la información nutricional disponible en las etiquetas de los productos. Se espera, consiguientemente, que dicha información sea de utilidad para el desarrollo de políticas públicas, campañas educativas y mayor concientización de la población en general sobre la importancia de desarrollar hábitos alimentarios saludables de modo informado.

LA ENCUESTA

La Encuesta de la Deuda Social Argentina (EDSA) es una encuesta de hogares, multipropósito, que releva datos de hogares y personas en grandes centros urbanos del país. El presente boletín se apoya en los datos generados a partir de las muestras 2016, que alcanzaron una cobertura total de 5700 hogares en 950 puntos muestrales de la Argentina. La muestra es representativa de los siguientes Conglomerados urbanos: Área Metropolitana del Conurbano Bonaerense, Gran Córdoba, Gran Rosario, Gran Mendoza y San Rafael, Gran Salta, Gran Tucumán y Tafi Viejo, Mar del Plata, Gran Paraná, Gran San Juan, Gran Resistencia, Neuquén-Plottier, Zárate, Goya, La Rioja, Comodoro Rivadavia, Ushuaia y Río Grande.

El tamaño de la muestra en 2016 fue de 5655 hogares (margen de error +/- 1,3% sobre una proporción poblacional del 50% y un nivel de confianza del 95%).

² Constitución de la Nación Argentina, Buenos Aires, diciembre de 1994.

¿QUÉ ES UNA ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA?

Se considera equilibrada una alimentación cuando cumple con sus cuatro leyes:

- 1) Ley de cantidad: “La cantidad de la alimentación debe ser suficiente para cubrir las exigencias calóricas del organismo y mantener el equilibrio de su balance”.
- 2) Ley de calidad: “La alimentación debe ser completa en su composición para ofrecer al organismo todas las sustancias que lo integran”.
- 3) Ley de armonía: “Las cantidades de los diversos principios nutritivos que integran la alimentación deben guardar una relación de proporciones entre sí”.
- 4) Ley de adecuación: “La finalidad de la alimentación está supeditada a su adecuación al organismo”.

Por estar relacionadas entre sí y ser complementarias – de modo que el abandono de una llevaría al incumplimiento de las otras –, estas cuatro leyes se subsumen en una sola ley de la alimentación: “La alimentación debe ser suficiente, completa, armónica y adecuada”³.

Es conveniente saber que las Guías Alimentarias para la Población Argentina (GAPA) traducen las metas nutricionales establecidas para la población en mensajes prácticos para usuarios⁴ y destinatarios⁵, redactados en un lenguaje sencillo, coloquial y comprensible. El objetivo general de las GAPA es favorecer la promoción de estilos de vida más saludables y la prevención de problemas de salud relacionados con la dieta de la población; mientras que los siguientes son los objetivos específicos según su ámbito de aplicación.

Ámbito individual

1. Promover una alimentación equilibrada y culturalmente aceptable para la población.
2. Corregir los hábitos alimentarios indeseables y

3 López, L. B. y Suarez, M. M., Fundamentos de nutrición normal, Editorial El Ateneo, 1ª ed., 2005.

4 Todos aquellos que cumplan o puedan cumplir una tarea educadora o multiplicadora de la educación alimentaria nutricional.

5 Población general mayor de 2 años de edad que habita el suelo argentino.

reforzar aquellos deseables para el mantenimiento de la salud.

3. Orientar al consumidor con respecto a la elección de una alimentación equilibrada de acuerdo con los recursos económicos disponibles, los alimentos producidos localmente y su estacionalidad.

Ámbito gubernamental

1. Servir de base para la planificación y evaluación de programas sociales y de alimentación y nutrición.
2. Servir de insumo para la formulación de políticas relacionadas con la alimentación y la nutrición.
3. Orientar y unificar el contenido de los mensajes sobre alimentación y nutrición de las distintas organizaciones e instituciones.
4. Proporcionar información básica para incluir en los programas de educación formal y no formal en todos los niveles (primario, secundario y universitario).
5. Promover la oferta de alimentos de alta calidad nutricional en todos los programas de alimentación coordinados por los gobiernos.

Ámbito de la industria de alimentos

1. Orientar a la industria de alimentos en la elaboración de los mismos con el mejor perfil nutricional.
2. Orientar el etiquetado nutricional en la industria alimentaria.



Las GAPA están conformadas por 10 mensajes y una gráfica de la alimentación diaria.

MENSAJE 1: Incorporar a diario alimentos de todos los grupos y realizar al menos 30 minutos de actividad física.

MENSAJE 2: Tomar a diario 8 vasos de agua segura.

MENSAJE 3: Consumir a diario 5 porciones de frutas y verduras en variedad de tipos y colores.

MENSAJE 4: Reducir el uso de sal y el consumo de alimentos con alto contenido de sodio.

MENSAJE 5: Limitar el consumo de bebidas azucaradas y de alimentos con elevado contenido de grasas, azúcar y sal.

MENSAJE 6: Consumir diariamente leche, yogur o queso, preferentemente descremados.

MENSAJE 7: Al consumir carnes, quitarle la grasa visible, aumentar el consumo de pescado e incluir huevo.

MENSAJE 8: Consumir legumbres, cereales preferentemente integrales, papa, batata, choclo o mandioca.

MENSAJE 9: Consumir aceite crudo como condimento, frutas secas o semillas.

MENSAJE 10: El consumo de bebidas alcohólicas debe ser responsable. Los niños, adolescentes y mujeres embarazadas no deben consumirlas. Evitarlas siempre al conducir.⁶

MOTIVOS POR LOS QUE NO SE SUELE SEGUIR UNA DIETA EQUILIBRADA

Factores que influyen habitualmente en la elección y el consumo de alimentos:

- Determinantes biológicos como el hambre, el apetito, la palatabilidad, los aspectos sensoriales (sentido del gusto, olfato, vista y tacto).
- Determinantes económicos como el costo, los ingresos y la disponibilidad en el mercado.
- Determinantes físicos como el acceso, la educación, las capacidades personales (por ejemplo, para cocinar) y el tiempo disponible.
- Determinantes geográficos y ambientales como el cambio climático y los desastres naturales.
- Determinantes sociales como la cultura, la religión, la familia y los patrones de alimentación.
- Determinantes psicológicos como el estado de ánimo, el estrés y la culpa.
- Actitudes, creencias y conocimientos en materia de alimentación.⁷

6 Ministerio de Salud de la Nación. Guías Alimentarias para la Población Argentina, Buenos Aires, 2016.

7 European Food Information Council (EUFIC). Los factores determinantes de la elección de alimentos. Disponible en: <http://www.eufic.org/article/es/page/RARCHIVE/expid/review-food-choice/>

La Encuesta Global de Nielsen sobre el Comportamiento de Compra del Consumidor incluye más de 29.000 encuestados en línea (con acceso a Internet), en 58 países de Asia Pacífico, Europa, América Latina, Medio Oriente, África y América del Norte. Los hallazgos de esta encuesta muestran de qué modo compran los consumidores y qué los impulsa a escoger la categoría de producto que escogen. Con relación a la compra de alimentos y bebidas, el sabor fue el principal criterio de elección a nivel global. Si bien la calidad y el precio resultaron factores capitales al momento de la decisión de compra en todas las regiones, la calidad se ubicó por encima del precio entre un gran porcentaje de los encuestados en Latinoamérica, Asia Pacífico, Medio Oriente y África; en cambio, para la mayoría de los norteamericanos y europeos, el precio fue la prioridad.⁸

En nuestro país, un grupo de investigadores desarrolló un cuestionario de elección de alimentos con el objetivo de describir los motivos que influyen en la elección de alimentos entre estudiantes de Nutrición, Odontología, Farmacia y Bioquímica de la Universidad de Buenos Aires (UBA). En la elección de sus comidas, los estudiantes asignaron mayor importancia al atractivo sensorial (sabor y aroma), seguido por los motivos

8 Encuesta Global de Nielsen sobre el Comportamiento de Compra del Consumidor, Tercer Trimestre 2012.

relacionados con la salud y el contenido natural de los alimentos, el precio y la accesibilidad en los comercios, así como a la apariencia y los aspectos extrínsecos.⁹

Desde el punto de vista de la antropología alimentaria, la alimentación es un acto social complejo. Para entender por qué las personas comen lo que comen, hay que tener en cuenta elementos de diverso orden:

- biológico (las necesidades y capacidades del organismo del comensal junto a características de los alimentos que se transformarán en su comida);

- ecológico- demográfico (cantidad y calidad de alimentos que se pueden producir en un hábitat determinado para sostener una cantidad de población con determinada calidad de vida);

- tecnológico-económico (los circuitos de producción-distribución y consumo que hacen llegar los alimentos al comensal);

- sociopolítico (relaciones que condicionan el acceso a los alimentos según clases, sectores o grupos, ya sea a través de mecanismos de mercado –compra–, asistencia del Estado –políticas asistenciales– o bien relaciones de amistad, vecindad o parentesco –redes de ayuda mutua–); y

- cultural (sistemas prácticos de clasificaciones que señalan qué cosa es “comida” y qué no lo es; qué, cuándo y con quién se debe comer o cómo “debe ser” el consumo de alimentos entre sectores, edades y géneros);

Es la situación del evento alimentario la que en definitiva orienta el comportamiento y las decisiones del comensal-consumidor; y esta es una realidad más compleja que la derivada de los nutrientes que tenga el alimento o del precio que cueste. Por ello, para comprender por qué se come lo que se come, hay que situar el acto alimentario en un contexto, esto es, en una sociedad, un tiempo y un espacio determinados. La distribución inequitativa constituye actualmente una de las principales causas de la malnutrición. Hoy ya no existe un patrón de consumo unificado en los diferentes sectores de ingresos; es decir, estos no solo comen dis-

tintos productos sino que los preparan en forma diferente. A lo largo del tiempo se ha roto el patrón de consumo unificado y ha aparecido (como en otros países de Latinoamérica) la “comida de pobres” (22 productos) y la “comida de ricos” (todos los demás). Las consecuencias nutricionales de estas estrategias de consumo equivalen a formas diferentes de malnutrición; dicho rápidamente: ahora los pobres son gordos y los ricos son flacos.

Además, el consumo industrial ha reducido al comensal a la categoría de mero comprador de mercancías alimentarias, tan alejadas del producto natural que les dio origen que resultan OCNIS (objetos comestibles no identificados) que deben ser avalados por “expertos”.

Así pues, en la actualidad se abre un nuevo frente determinado por las formas que adopta el comer: la desaparición de la comensalidad, cuya expresión era la mesa familiar; mientras que avanza en la cotidianidad la comida desestructurada: el picoteo permanente de “cualquier cosa”, a cualquier hora y en cualquier lugar.

Todas estas dimensiones de la alimentación impactan sobre la salud, siendo la base de múltiples enfermedades.¹⁰

En síntesis, los motivos por los cuales no es sencillo realizar una alimentación saludable son:

- falta de acceso a alimentos saludables;
- cambios en el estilo de vida, y particularmente en el patrón alimentario;
- disminución de preparaciones culinarias tradicionales basadas en alimentos frescos, preparados y consumidos en el hogar (pérdida de la comensalidad);
- falta de educación en nutrición, alimentación saludable y rotulado nutricional;
- falta de regulación de la industria alimentaria tanto como de su publicidad; y
- falta de políticas públicas para crear sistemas alimentarios sostenibles y sustentables (que puedan proveer

9 Elorriaga, N.; Colombo, M. E.; Hough, G.; Watson, D. Z. y Vázquez, M. B., “¿Qué factores influyen en la elección de alimentos de los estudiantes de Ciencias de la Salud?”, DIAETA, Buenos Aires, 2012; 30(141): 16-24.

10 Aguirre, P., Ricos flacos y gordos pobres. La alimentación en crisis. Claves para Todos. Colección dirigida por José Nun. Buenos Aires, Editorial Capital Intelectual, 2004.

una adecuada oferta de alimentos saludables), para incidir en el aumento de los precios de los alimentos, y para compensar la caída de ingresos de la población.

De este modo, la falta de acceso a una alimentación saludable y los cambios en el patrón alimentario, entre otras causas, han favorecido la persistencia de la malnutrición en todas sus formas y, en consecuencia, la disminución de la calidad de vida.

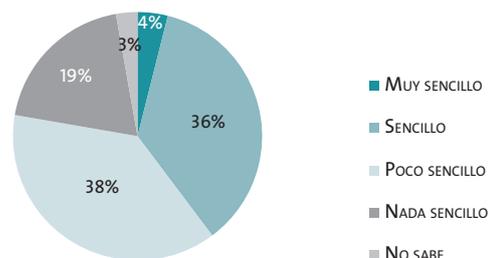
Fomentar la alimentación saludable es un factor clave para disminuir de forma simultánea el hambre, la desnutrición, las deficiencias de micronutrientes, el sobrepeso y la obesidad.¹¹

Datos relevantes para el caso de la Argentina

Si bien la mayoría de la población adulta residente en la Argentina es capaz de reconocer los alimentos no saludables, como por ejemplo embutidos (77%) o bebidas azucaradas (74%); gran parte de las personas

ACTUALMENTE, LE PARECE QUE COMER COMIDA EQUILIBRADA ES:...

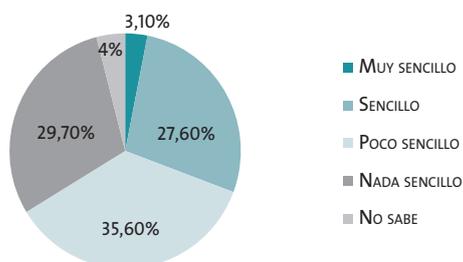
Año 2016. En porcentaje de casos.



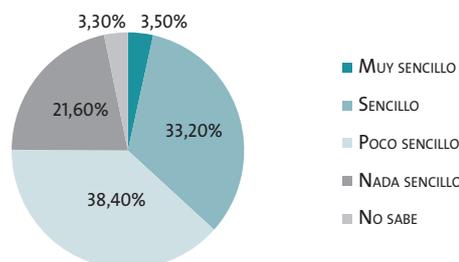
FUENTE: EDSA-Bicentenario (2010-2016) Observatorio de la Deuda Social Argentina (ODSA-UCA). Años 2010-2016.

encuestadas expresa que es poco o nada sencillo seguir una dieta equilibrada (57%). Esta percepción acerca de las dificultades que supone seguir una dieta sana aumenta a medida que baja el nivel socioeconómico de la población (66% en el estrato

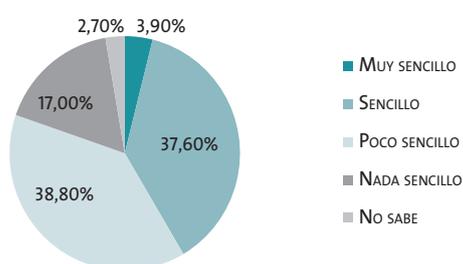
ESTRATO SOCIAL MUY BAJO



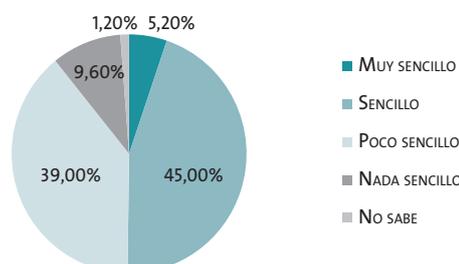
ESTRATO SOCIAL BAJO



ESTRATO SOCIAL MEDIO



ESTRATO SOCIAL MEDIO ALTO

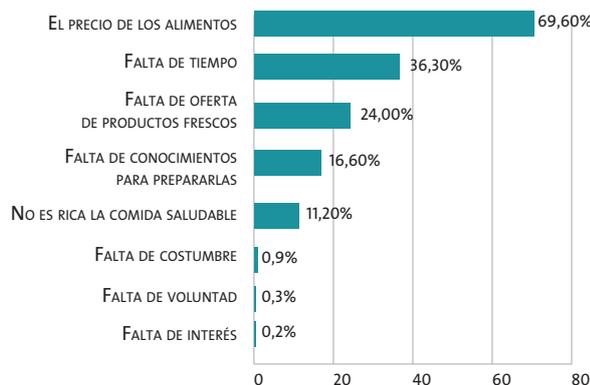


FUENTE: EDSA-Bicentenario (2010-2016) Observatorio de la Deuda Social Argentina (ODSA-UCA). Años 2010-2016.

11 FAO/OPS. Panorama de la Seguridad Alimentaria y Nutricional de América Latina y el Caribe, 2016.

RAZONES POR LAS QUE NO SE REALIZA UNA DIETA ALIMENTARIA EQUILIBRADA.

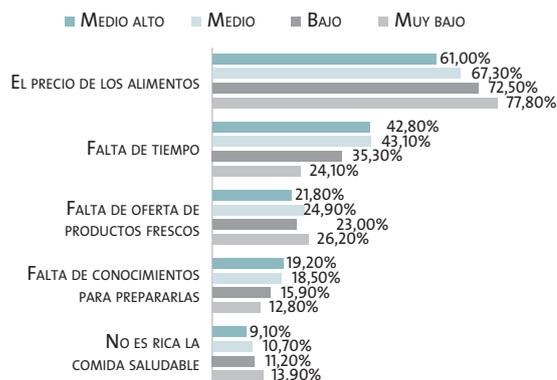
Año 2016. En porcentaje de casos. Pregunta de respuesta múltiple



FUENTE: EDSA-Bicentenario (2010-2016)
Observatorio de la Deuda Social Argentina (ODSA-UCA). Años 2010-2016.

RAZONES POR LAS QUE NO SE REALIZA UNA DIETA ALIMENTARIA EQUILIBRADA SEGÚN EL ESTRATO SOCIAL.

Año 2016. En porcentaje de casos. Pregunta de respuesta múltiple



FUENTE: EDSA-Bicentenario (2010-2016)
Observatorio de la Deuda Social Argentina (ODSA-UCA). Años 2010-2016.

social muy bajo, 60% en el bajo, 56% en el medio y 49% en el estrato medio alto).

Aun cuando un tercio de la población expresa preocupación por seguir una dieta equilibrada, son muchos los individuos que reconocen que no siempre logran llevarla a la práctica (35,8%), si bien no son tantos los que declaran hacer todo lo posible para lograrlo (33,2%). No obstante ello, un porcentaje similar (31%) adhiere a la expresión “comer es un placer, y no quiero estar esclavizado por las obligaciones de una dieta equilibrada”; adhesión que se incrementa a medida que desciende el estrato social de los encuestados; concretamente, el 41,3% perteneciente al estrato muy bajo coincide con tal deseo, mientras que en el estrato medio alto lo hace menos de la mitad (17,9%).

Por lo demás, la propensión a realizar una dieta sana alcanza al 42,8% de la población en el estrato medio alto y al 24,9% en el estrato muy bajo; mientras que entre aquellos que intentan seguir una dieta equilibrada pero no siempre lo logran las diferencias socioeconómicas son menores (39% en el estrato medio alto y 34% en el muy bajo).

Con respecto a la principal razón para no realizar una dieta equilibrada, la encuesta arroja los siguientes resultados: en primer lugar, la mayoría de la población

adulta en la Argentina expresa que esto sucede debido al “precio de los alimentos” (69,6%); en segundo lugar aparece como motivo la “falta de tiempo” (36,3%); y en tercer lugar, la “falta de oferta de productos frescos” (24%). En menor medida se señala la “falta de conocimientos para prepararlos” (16,6%) y que “no es rica la comida saludable” (11,2%).

Aunque la mayor parte de la población, en todos los estratos sociales, expresa que el precio de los alimentos es una de las razones por las que no suele realizar una dieta sana, la percepción sobre el costo de los alimentos saludables se incrementa a medida que se desciende de estrato socioeconómico. En cuanto a la falta de tiempo para realizar esta dieta, es un motivo señalado en mayor medida por los individuos pertenecientes a los estratos sociales medio y medio alto. Finalmente, mientras que con independencia de los estratos sociales se percibe que no existe una suficiente oferta de productos frescos, esta percepción es algo mayor en el estrato social más bajo.

PRINCIPALES RIESGOS ASOCIADOS A UNA ALIMENTACIÓN NO EQUILIBRADA

Es un dato indiscutible que la alimentación poco saludable coadyuva sustancialmente a la carga mundial de morbilidad, mortalidad y discapacidad.

Los principales problemas nutricionales en el mundo pueden dividirse en dos categorías generales:

(1) los debidos al insuficiente consumo de nutrientes, relacionados con la inseguridad alimentaria, enfermedad (sobre todo infecciones) y/o falta de cuidados; y

(2) los originados en el consumo excesivo o desequilibrado de alimentos o de nutrientes particulares.¹²

En la población argentina, se han identificado los siguientes riesgos nutricionales:

Específicamente, en la alimentación de los argentinos

se observa bajo consumo de alimentos de buena calidad nutricional (definida según su densidad de nutrientes) y alta ingesta de productos alimenticios de elevada densidad energética. En lo relativo a los nutrientes, la dieta de los argentinos se caracteriza por ser deficiente en nutrientes críticos como hierro, calcio, vitaminas A, C, fibra y ácidos grasos omega 3; y por una excesiva ingesta de grasas saturadas, sodio, azúcar y energía (Kcal).¹³

Riesgos nutricionales en la infancia

Una alimentación insuficiente, incompleta e inadecuada en los niños produce alteraciones del crecimiento, del desarrollo cognitivo, del sistema inmunológico y un mayor riesgo de sufrir enfermedades crónicas no transmisibles en etapas tempranas de la vida. Además, estas formas de malnutrición implican un deterioro en el desarrollo individual (que merman

RIESGOS POR EXCESOS	RIESGOS POR DÉFICITS
Sobrepeso y/o obesidad	Desnutrición crónica en descenso
Enfermedades vasculares	Inadecuación de la ingesta energética
Hipertensión arterial	Anemia por deficiencia de hierro
Colesterol elevado	Deficiencia de vitamina A
Glucemia elevada	Deficiencia de vitamina B12
Elevado consumo de inhibidores de absorción de hierro	Deficiencia de folatos
Consumo excesivo de grasas saturadas	Deficiencia de zinc
Consumo excesivo de grasas trans	Consumo deficiente de calcio
Consumo excesivo de colesterol	Bajo consumo de ácido ascórbico
Aumento del consumo de grasas saturadas provenientes de carnes	Bajo consumo de niacina, riboflavina y tiamina
Elevado consumo de azúcares refinados	Deficiencia de la ingesta de ácidos grasos poliinsaturados
Elevado consumo de harinas refinadas	Desequilibrio en la relación omega 6/omega 3
Alto consumo de proteínas y grasas derivadas de productos animales	Deficitario consumo de fibra
Consumo excesivo de sodio	Bajo consumo de agua pura
Aumento de consumo de sodio proveniente de pan, carnes y lácteos	Bajo consumo de frutas y verduras
Elevado consumo de cortes de carne vacuna grasos	Monotonía en la elección de frutas y verduras para el consumo
Elevado consumo de grasas provenientes de lácteos enteros	Bajo consumo de carnes magras
Consumo excesivo de bebidas e infusiones azucaradas	Bajo consumo de carne de pescado
Consumo excesivo de bebidas alcohólicas	Bajo consumo de alimentos fuente de omega 3
Aumento del consumo de golosinas	Bajo consumo de legumbres
Aumento del consumo de comidas rápidas o fuera del hogar	Inadecuación nutricional
Consumo excesivo de pan y productos panificados	Disminución a nivel de los hogares del gasto de alimentos y bebidas
Aumento del consumo de alimentos fuente de calorías dispensables	Disminución del consumo de comidas elaboradas y compartidas en el hogar

12 Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación. Nutrición humana en el mundo en desarrollo. Colección FAO: Alimentación y nutrición, N° 29. Roma, 2002.

13 Ministerio de Salud de la Nación. Guías Alimentarias para la Población Argentina, Buenos Aires, 2016.

FORMAS DE MALNUTRICIÓN MÁS OBSERVADA EN NIÑOS A NIVEL MUNDIAL

FORMAS DE MALNUTRICIÓN	POBLACIÓN AFECTADA A NIVEL MUNDIAL
Retraso del crecimiento o desnutrición crónica	156 millones de niños menores de 5 años (23,2%) (2015)*
Emaciación o desnutrición aguda	50 millones de niños menores de 5 años (7,4%) (2015)*
Bajo peso para la edad o desnutrición global	93,4 millones de niños menores de 5 años (2015)**
Sobrepeso	42 millones de niños menores de 5 años (6,2%) (2015)*
Sobrepeso y obesidad en niños de 5 a 19 años	Sin dato
Anemia	273 millones de niños de 6 a 59 meses (2011)**
Deficiencia de vitamina A en niños menores de 5 años	190 millones de niños menores de 5 años (2014)**

* Fuente: UNICEF, WHO, World Bank Group. Joint Child Malnutrition Estimates, 2016 edition. Levels and trends in child malnutrition.

** Fuente: FAO/OPS/OMS. Panorama de la Seguridad Alimentaria y Nutricional de América Latina y el Caribe. Sistemas alimentarios sostenibles para poner fin al hambre y la malnutrición, 2016.

sus posibilidades futuras) y una fuerte carga en los sistemas de salud, lo que trae aparejada una serie de consecuencias económicas y sociales.¹⁴

Los únicos datos sobre la situación nutricional y de salud de los niños a nivel nacional son los surgidos de la Encuesta Nacional de Nutrición y Salud. Los resultados de esta encuesta permitieron identificar la baja talla y la obesidad como los problemas más prevalentes en niños y niñas menores de 5 años (6 a 60 meses). La anemia constituye una de las principales deficiencias nutricionales en niños y niñas de 6 meses a 5 años de edad; y aún más prevalente en los menores de 2 años. Esta situación guarda relación con la ingesta de nutrientes específicos, así como con las condiciones socioeco-

nómicas en las que vive dicha población. Si bien no se observó deficiencia de vitamina A, se halló una prevalencia de situación de riesgo para su deficiencia en niños y niñas de 2 a 5 años.

En suma, seguir una alimentación saludable ayuda a prevenir la malnutrición en todas sus formas y enfermedades: diabetes, hipertensión arterial, dislipemias, cardiopatías, accidentes cerebro-vasculares, cáncer, osteoporosis, anemia e infecciones, entre otras.

Hábitos de uso de los etiquetados en productos alimentarios en la Argentina

A partir de la EDSA 2016, se estima que 4 de cada 10 adultos en la Argentina consultan siempre o casi siempre las etiquetas de los productos alimenticios (23% siempre lo hace y 18%, casi siempre). No obstante, una amplia mayoría consulta las etiquetas de modo poco frecuente o nunca (59%). Se deduce, pues, que 2 de

FORMAS DE MALNUTRICIÓN EN NIÑOS Y NIÑAS DE 6 A 60 MESES A NIVEL NACIONAL

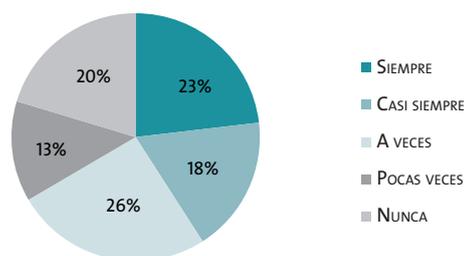
FORMAS DE MALNUTRICIÓN	6 A 23 MESES	24 A 60 MESES	6 A 60 MESES
Acortamiento	8,3%	8,2%	8,2%
Emaciación	1,1%	1,3%	1,2%
Bajo peso	2,0%	2,4%	2,3%
Obesidad	10,2%	9,6%	9,8%
Anemia	34,1%	8,9%	--
Deficiencia de vitamina A	--	14,3%	--

Fuente: Ministerio de Salud de la Nación. Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (ENNyS). Documento de Resultados, 2007.

14 FAO/OPS/OMS. Panorama de la Seguridad Alimentaria y Nutricional de América Latina y el Caribe. Sistemas alimentarios sostenibles para poner fin al hambre y la malnutrición, 2016.

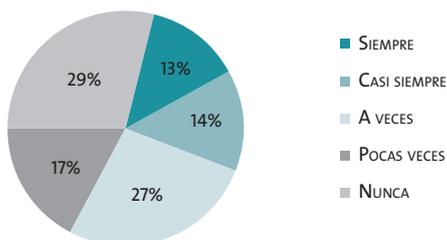
FRECUENCIA DE CONSULTA DE ETIQUETAS DE LOS PRODUCTOS ALIMENTARIOS.

Año 2016. En porcentaje de casos.

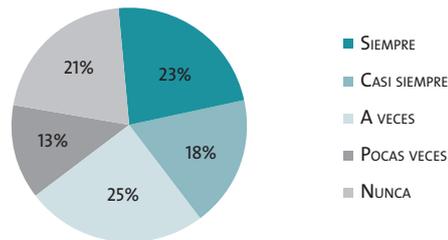


FUENTE: EDSA-Bicentenario (2010-2016) Observatorio de la Deuda Social Argentina (ODSA-UCA). Años 2010-2016.

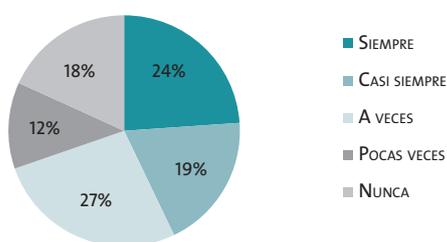
ESTRATO SOCIAL MUY BAJO



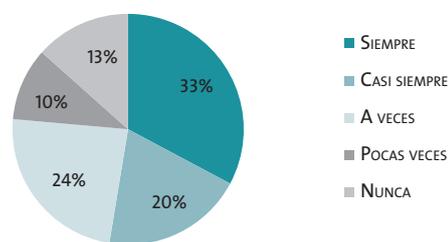
ESTRATO SOCIAL BAJO



ESTRATO SOCIAL MEDIO



ESTRATO SOCIAL MEDIO ALTO



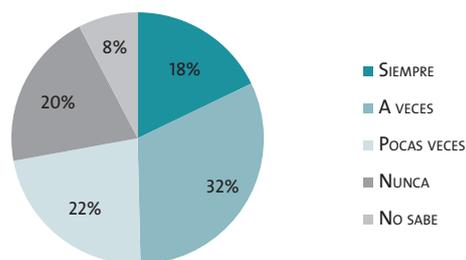
FUENTE: EDSA-Bicentenario (2010-2016)
Observatorio de la Deuda Social Argentina (ODSA-UCA). Años 2010-2016.

cada 10 adultos en nuestro país no consultan las etiquetas de los productos alimenticios en ninguna ocasión. Al cotejar los resultados de la encuesta desde el punto de vista socioeconómico, se observa claramente que la propensión a no consultar las etiquetas de los alimentos se incrementa a medida que desciende el estrato social (13% en el estrato medio alto, 18% en el medio, 21% en el bajo y 29% en el muy bajo). Lógicamente, cuanto más se asciende en esta escala, más crece la propensión a consultar habitualmente las etiquetas (13% en el estrato muy bajo, 23% en el bajo, 24% en el medio y 33% en el medio alto). Solamente el 18% de la población argentina considera que la información de las etiquetas de los productos alimenticios es siempre útil, mientras que el 42% piensa que lo es pocas veces o nunca. Una segunda minoría, representada por el 32% de dicha población, evalúa sin embargo que en algunas ocasiones dicha información es útil. A medida que se desciende en la escala socioeconómica, se advierte que aumenta la percepción negativa sobre la utilidad de la información aportada por estas etiquetas (36% en el estrato medio alto, 40% en

el medio, 41% en el bajo y 53% en el muy bajo). En lo que atañe a los motivos por los que se dejan de leer estas inscripciones, casi la mitad de la población adulta en la Argentina (47,9%) afirma que “no se les suele dar importancia a las etiquetas de los productos” y que esta es la causa primera por la cual no suelen consultarse a la hora de comprar los alimentos. También son muchos, si bien no tantos, los encuestados que

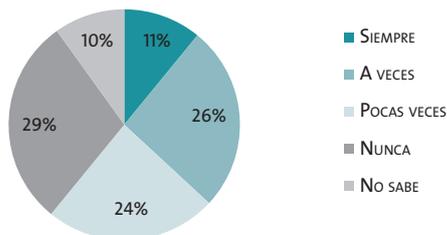
¿ES ÚTIL LA INFORMACIÓN SOBRE ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN DE LAS ETIQUETAS...?

Año 2016. En porcentaje de casos.

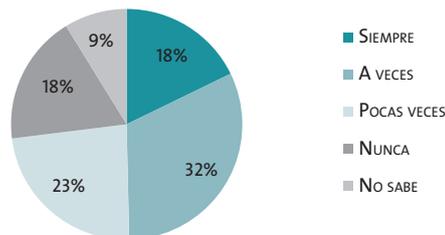


FUENTE: EDSA-Bicentenario (2010-2016)
Observatorio de la Deuda Social Argentina (ODSA-UCA). Años 2010-2016.

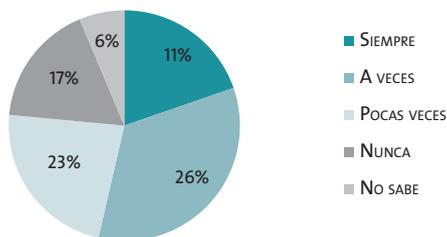
ESTRATO SOCIAL MUY BAJO



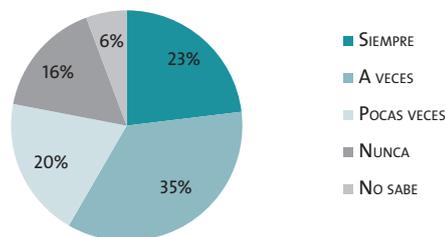
ESTRATO SOCIAL BAJO



ESTRATO SOCIAL MEDIO



ESTRATO SOCIAL MEDIO ALTO



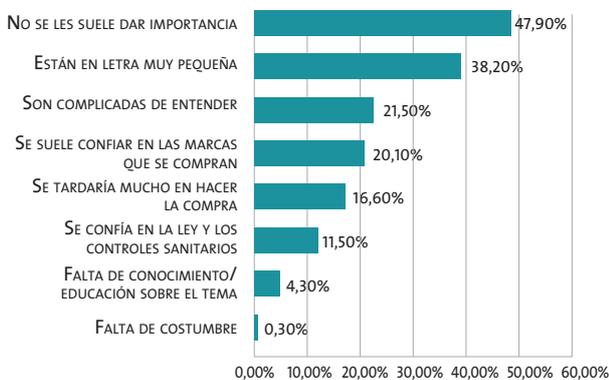
FUENTE: EDSA-Bicentenario (2010-2016)
Observatorio de la Deuda Social Argentina (ODSA-UCA). Años 2010-2016.

señalan que parte del problema reside en que las etiquetas están confeccionadas en “letra muy pequeña” y por lo tanto son difíciles de leer (38,2%). En menor medida se expresa como dificultad que el contenido de las etiquetas es “difícil de entender” (21,5%). Otros problemas reconocidos por la población como

factores que inciden en la falta de consulta habitual de las etiquetas son los siguientes: “se suele confiar en las marcas que se compran” (20,1%), “se tardaría mucho en hacer las compras” (16,6%) y “se confía en la ley y los controles sanitarios” (11,5%). La opinión de que las etiquetas no suelen consultarse

RAZONES POR LAS QUE NO SE SUELEN CONSULTAR LAS ETIQUETAS.

Año 2016. En porcentaje de casos. Pregunta de respuesta múltiple



FUENTE: EDSA-Bicentenario (2010-2016)
Observatorio de la Deuda Social Argentina (ODSA-UCA). Años 2010-2016.

% DE CASOS POR ESTRATO SOCIAL	MUY BAJO	BAJO	MEDIO	MEDIO ALTO	TOTAL
NO SE LES PUEDE DAR IMPORTANCIA	39,70%	48,60%	50,60%	53,00%	47,90%
ESTÁN EN LETRA MUY PEQUEÑA	49,60%	37,90%	35,20%	32,50%	38,20%
SON COMPLICADAS DE ENTENDER	26,00%	20,60%	21,20%	17,90%	21,50%
SE SUELE CONFIAR EN LAS MARCAS QUE SE COMPRAN	16,80%	21,30%	22,90%	19,50%	20,10%
SE TARDARÍA MUCHO EN HACER LA COMPRA	14,50%	16,40%	17,10%	18,50%	16,60%
SE CONFÍA EN LA LEY Y LOS CONTROLES SANITARIOS	11,60%	11,10%	13,60%	9,50%	11,50%
FALTA DE CONOCIMIENTO/ EDUCACIÓN SOBRE EL TEMA	4,30%	5,80%	3,70%	3,20%	4,30%
FALTA DE COSTUMBRE	0,20%	0,10%	0,30%	0,60%	0,30%

FUENTE: EDSA-Bicentenario (2010-2016)
Observatorio de la Deuda Social Argentina (ODSA-UCA). Años 2010-2016.

porque no son consideradas importantes se incrementa conforme aumenta el estrato social (opina así el 53% en el estrato medio alto, y el 39,7% en el estrato muy bajo); mientras que la referencia al tamaño de la letra de las etiquetas es especialmente elevada entre los encuestados del estrato social muy bajo (46,9%), donde también se destaca, si bien en menor proporción, la dificultad para comprender sus significados (26%).

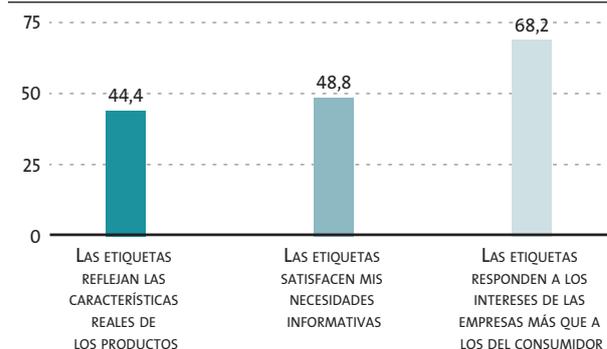
Gran parte de los adultos que viven en la Argentina (68,2%) acuerda con la siguiente afirmación: “las etiquetas responden a los intereses de las empresas más que a los del consumidor”. No obstante, casi la mitad de estas personas (48,8%) también cree que “las etiquetas satisfacen necesidades informativas”; y una proporción algo menor (44,4%) está de acuerdo con que “las etiquetas reflejan las características reales de los productos”.

La primera de las afirmaciones pierde adhesiones a medida que desciende el estrato socioeconómico de la población (74,9% en el estrato medio alto, 69,6% en el medio, 67,7% en el bajo y 60,6% en el muy bajo); mientras que las otras dos afirmaciones no registran diferencias estadísticamente significativas al comparar los estratos sociales.

Previsiblemente, la gran mayoría de la población adulta en la Argentina asegura que la información que

OPINIÓN SOBRE LAS ETIQUETAS DE LOS PRODUCTOS

Año 2016. En porcentaje de casos.



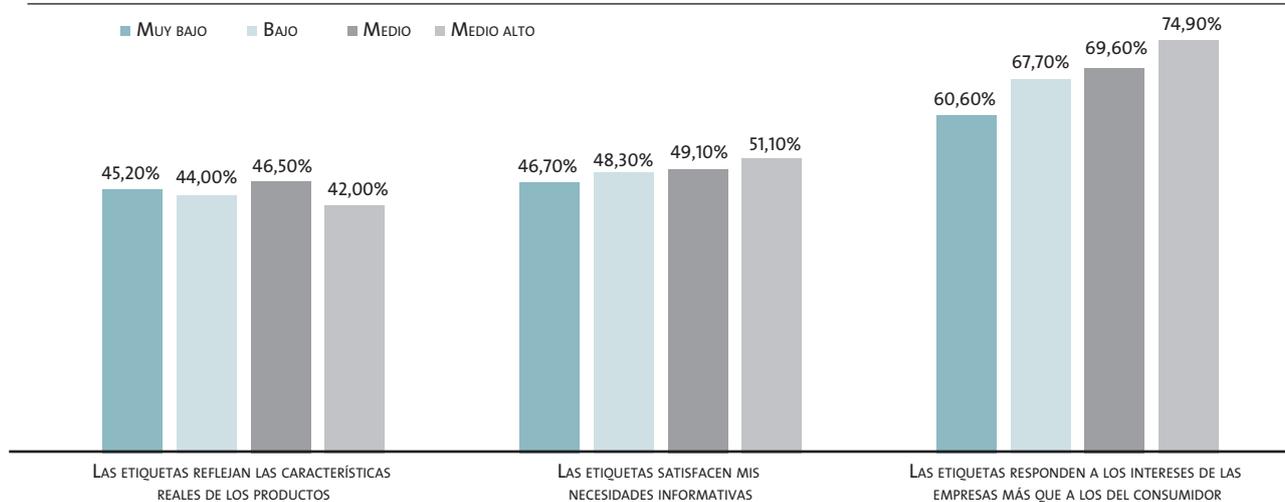
FUENTE: EDSA-Bicentenario (2010-2016) Observatorio de la Deuda Social Argentina (ODSA-UCA). Años 2010-2016.

busca en las etiquetas de los productos alimenticios es la “fecha de vencimiento” (84,6%), inquietud que se incrementa a medida que desciende el estrato social (70,5% en el medio alto, 84,3% en el medio, 91% en el bajo y 94,2% en el estrato muy bajo).

Otros motivos de consulta de las etiquetas revelados por la encuesta son: conocer los ingredientes (22%), grasas totales, saturadas y trans (18,8%), el valor energético y calorías (16,5%), cantidad de azúcar (15%), valor nutri-

OPINIÓN SOBRE LAS ETIQUETAS DE LOS PRODUCTOS

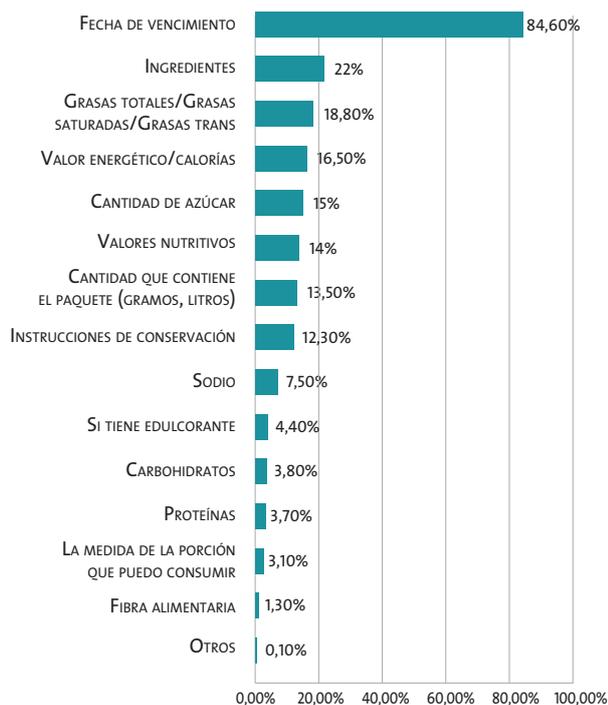
Año 2016. En porcentaje de casos por estrato social.



FUENTE: EDSA-Bicentenario (2010-2016) Observatorio de la Deuda Social Argentina (ODSA-UCA). Años 2010-2016.

MOTIVOS DE CONSULTA DE LAS ETIQUETAS

Año 2016. En porcentaje de casos. Pregunta de respuesta múltiple



FUENTE: EDSA-Bicentenario (2010-2016)
Observatorio de la Deuda Social Argentina (ODSA-UCA). Años 2010-2016.

tivo (14%), cantidad que contiene el paquete (13,5%) e instrucciones de conservación (12,3%). En este caso, al cotejar las diferencias sociales, se advierte en las respuestas que la consulta orientada a las grasas se incrementa a medida que aumenta el estrato social (27,8% de esta población en el estrato medio alto y 10,2% en el estrato muy bajo); mientras que averiguar la cantidad de azúcar que contiene el producto parece ser más frecuente en el estrato social muy bajo (18,7%), y en el estrato medio alto, conocer el componente de sodio (12,2%).

EL ACCESO A LA INFORMACIÓN ES UN DERECHO HUMANO

El derecho a la información, que bien puede definirse como el derecho a tener acceso a la información que está en manos de entidades públicas, es reconocido en la Declaración Universal de Derechos Humanos (1948), cuyo artículo 19° establece: *Todo individuo tiene derecho a la libertad de opinión y de expresión; este derecho incluye el de no ser molestado a causa de sus opiniones, el de investigar y recibir informaciones y opiniones, y el de difundirlas, sin limitación*

PORCENTAJE DE CASOS POR ESTRATO SOCIAL	MUY BAJO	BAJO	MEDIO	MEDIO ALTO	TOTAL
FECHA DE VENCIMIENTO	94,20%	91,00%	84,30%	70,50%	84,60%
INGREDIENTES	22,30%	21,60%	24,10%	20,00%	22,00%
GRASAS TOTALES/GRASAS SATURADAS/GRASAS TRANS	10,20%	14,40%	21,20%	27,80%	18,80%
VALOR ENREGÉTICO/CALORÍAS	11,00%	14,10%	18,70%	21,20%	16,50%
CANTIDAD DE AZÚCAR	18,70%	14,80%	13,10%	13,80%	15,00%
VALORES NUTRITIVOS	14,40%	14,70%	14,80%	12,20%	14,00%
CANTIDAD QUE CONTIENE EL PAQUETE (GRAMOS, LITROS)	14,80%	18,00%	13,50%	8,20%	13,50%
INSTRUCCIONES DE CONSERVACIÓN	13,60%	13,20%	13,50%	9,20%	12,30%
SODIO	6,60%	5,20%	5,50%	12,20%	7,50%
SI TIENE EDULCORANTE	5,30%	5,10%	3,70%	3,70%	4,40%
CARBOHIDRATOS	2,80%	3,20%	3,70%	5,30%	3,80%
PROTEÍNAS	3,50%	4,40%	3,80%	3,20%	3,70%
LA MEDIDA DE LA PORCIÓN QUE PUEDO CONSUMIR	2,60%	3,80%	4,00%	1,80%	3,10%
FIBRA ALIMENTARIA	0,80%	1,30%	1,50%	1,40%	1,30%
OTROS	0,10%	0,10%	0,10%	0,10%	0,10%

FUENTE: EDSA-Bicentenario (2010-2016)
Observatorio de la Deuda Social Argentina (ODSA-UCA). Años 2010-2016.

de fronteras, por cualquier medio de expresión.

Este derecho ha sido consagrado en otros instrumentos legales de proyección internacional, como son el Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos (1966), la Convención Americana sobre Derechos Humanos (1969), la Declaración de Chapultepec (1994) y la Declaración Interamericana de Principios sobre Libertad de Expresión (2000). Además, reafirman el derecho a la información tanto el mandato de la UNESCO (1945) como la Estrategia a Plazo Medio de la UNESCO para 2008-2013.

Se trata también de un derecho reconocido en la Convención sobre los Derechos del Niño, en cuyo artículo 17° los Estados Partes reconocen la importante función que desempeñan los medios de comunicación y se comprometen a velar por que el niño tenga acceso a información y material procedentes de diversas fuentes nacionales e internacionales, en especial la información y el material que tengan por finalidad promover su bienestar social, espiritual y moral y su salud física y mental.²⁶

Además, en este instrumento legal los Estados Partes reconocen el derecho del niño al disfrute del más alto nivel posible de salud (artículo 24°). Para garantizar la aplicación de este derecho, los Estados Partes se comprometen a adoptar, entre otras, las siguientes medidas: combatir las enfermedades y la malnutrición en el marco de la atención primaria de la salud; asegurar que todos los sectores de la sociedad, y en particular padres y niños/as, conozcan los principios básicos de la salud y la nutrición de los niños y las niñas, tengan acceso a la educación pertinente y reciban apoyo en la aplicación de tales conocimientos.

Particularmente en la Argentina, el Decreto 1172 de diciembre de 2003 impone al Poder Ejecutivo que los organismos bajo su jurisdicción respeten el derecho de toda persona de requerir, consultar o recibir información. También en nuestro país se sancionó la Ley 26.061 de Protección Integral de los Derechos de las

Niñas, Niños y Adolescentes (2005), la cual asegura que niños/as y adolescentes tienen derecho a la atención integral de su salud, a recibir la asistencia médica necesaria y a acceder en igualdad de oportunidades a los servicios y acciones de prevención, promoción, información, protección, diagnóstico precoz, tratamiento oportuno y recuperación de la salud.

En materia de alimentación, las personas tienen derecho a que se les proporcione información para tomar sus propias decisiones, respetando las pautas culturales relacionadas con el aprovechamiento de los recursos naturales, las formas de acceso y consumo de alimentos. Es decir, los ciudadanos tienen derecho a que se ponga a su disposición la información resultante del avance científico que sume elementos para reflexionar acerca de sus propias prácticas a fin de poder tomar decisiones en consecuencia.²⁷

Sin duda, el etiquetado de alimentos es un instrumento importante para brindar información que contribuya a mejorar la nutrición de la población en el marco de una alimentación adecuada y saludable. La información que figura en los rótulos de los alimentos es el principal medio de comunicación entre el consumidor y el elaborador, pues ayuda al primero a conocer mejor las propiedades nutricionales del producto, a realizar comparaciones entre productos y, consecutivamente, a hacer una mejor elección de acuerdo con sus necesidades.

Medios por los que se informan los ciudadanos sobre alimentación equilibrada en la Argentina

De cada 10 personas adultas en la Argentina, 4 expresan informarse sobre alimentación equilibrada mediante programas de televisión o radio (40,8%). En menor medida, la población se informa a través de la consulta a un profesional de la salud: nutricionista o médico (24,4%) y a través de páginas de Internet (24%). También se accede a esta información sobre alimentos y salud por medio de las relaciones

26 Asamblea General de las Naciones Unidas. Convención sobre los Derechos del Niño. Nueva York, noviembre de 1989.

27 Abajo Valeria, Figueroa Elina, Paiva Mercedes, Oharriz Elida. Derecho a la Alimentación. Diaeta. 2010 Jun; 28.

MEDIOS A TRAVÉS DE LOS QUE SE INFORMA SOBRE ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA.

Año 2016. En porcentaje de casos. Pregunta de respuesta múltiple



FUENTE: EDSA-Bicentenario (2010-2016)
Observatorio de la Deuda Social Argentina (ODSA-UCA). Años 2010-2016.

con amigos, familiares y conocidos (21%) y por notas en la prensa escrita o revistas (17,8%).

Si bien existen otros modos de acceso a esta clase de información, por ejemplo las publicidades de los productos, libros, cartillas educativas, etc., no son estos los medios más consultados.

Un dato importante es que 2 de cada 10 personas en nuestro país aseguran no informarse sobre el tema (24,8%), y que la propensión de la población que así se expresa se incrementa de modo notorio conforme descende el estrato social (38,8% en el estrato muy bajo, y 14,4% en el medio alto).

Se advierte, en este sentido, que la propensión a consultar a un nutricionista o médico crece significativamente en el estrato medio alto (31,6%), que las páginas de Internet son consultadas principalmente por la población de los estratos medio y medio alto (31,2% y 43,2%, respectivamente), en tanto que la publicidad realizada por las marcas y productos es un recurso mayormente utilizado para informarse por los encuestados de los estratos bajo y muy bajo (13,9% y 14,4%, respectivamente).

MEDIOS A TRAVÉS DE LOS QUE SE INFORMA SOBRE ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA POR ESTRATO SOCIAL.

Año 2016. En porcentaje de casos. Pregunta de respuesta múltiple

	MUY BAJO	BAJO	MEDIO	MEDIO ALTO	TOTAL
PROGRAMAS DE TELEVISIÓN Y/O RADIO	36,10%	46,90%	44,40%	35,90%	40,80%
NINGUNO, NO ME INFORMO SOBRE EL TEMA	38,80%	25,90%	20,10%	14,40%	24,80%
CONSULTAS A NUTRICIONISTAS/MÉDICO	20,80%	21,80%	23,60%	31,60%	24,40%
PÁGINAS DE INTERNET	6,10%	15,40%	31,20%	43,20%	24,00%
AMIGOS/FAMILIARES/CONOCIDOS	23,90%	23,80%	21,40%	15,60%	21,20%
PRENSA Y/O REVISTAS	10,30%	19,80%	19,20%	21,90%	17,80%
PUBLICIDADES DE MARCAS Y PRODUCTOS	14,40%	13,90%	10,10%	7,60%	11,50%
ETIQUETAS DE LOS PRODUCTOS	9,00%	7,70%	6,40%	5,30%	7,10%
COMERCIANTE	8,60%	6,30%	4,00%	2,10%	5,30%
CARTILLAS O PUBLICIDAD DEL MINISTERIO DE SALUD	4,70%	3,60%	3,40%	2,80%	3,70%
LIBROS	1,10%	1,70%	3,80%	8,10%	3,70%
CHARLAS INFORMATIVAS EN CENTRO DE SALUD	4,20%	3,70%	2,60%	2,30%	3,20%
CHARLAS INFORMATIVAS EN ESCUELA	2,60%	1,40%	2,40%	2,10%	1,90%
CARTILLAS/PUBLICIDAD DEL MINISTERIO DE EDUCACIÓN	1,90%	1,40%	1,70%	1,20%	1,60%
ASOCIACIÓN DE CONSUMIDORES	0,90%	0,70%	1,10%	0,20%	0,70%
OTROS	0,90%	0,50%	0,20%	0,10%	0,40%

FUENTE: EDSA-Bicentenario (2010-2016)
Observatorio de la Deuda Social Argentina (ODSA-UCA). Años 2010-2016.

CORRESPONSABILIDADES: ESTADOS, EMPRESAS Y SOCIEDAD

¿Qué opinan los argentinos sobre las acciones que deberían realizar los Estados y los mercados?

Dos son las opiniones con mayor consenso: la necesidad de realizar campañas educativas (68,8%) y la importancia de bajar el precio de los alimentos saludables (59,2%). Si bien en todos los estratos socioeconómicos existe una amplia adhesión en ambos sentidos, el cotejo de opiniones indica que la necesidad de realizar campañas educativas crece conforme se asciende en la escala social, y que la importancia de bajar el precio de los alimentos sanos aumenta a medida que el estrato social es más bajo.

Entre otras acciones señaladas, confeccionar con mayor claridad las etiquetas informativas de los productos es visto como necesario por el 26% de la población; una demanda que aumenta conforme desciende el estrato social de las personas consultadas. En cuanto a “limitar el contenido de grasas trans, saturadas, azúcar y sal” (opinión expresada por el 24,5% de los encuestados); “mantener políticas amigables con el medio ambiente” (12,7%) y “aumentar el precio de los alimentos no saludables” (11,7%), la adhesión arroja diferencias sociales menores que en los casos anteriores.

*Para gozar de una alimentación adecuada, es preciso que los individuos tengan acceso a alimentos suficientes y de buena calidad, y comprendan en qué consiste una dieta idónea y saludable, y cuáles son las habilidades y la motivación que conducen a una elección acertada de los alimentos.*²⁸

¿Qué se puede hacer desde los Estados?

Los Estados deben educar a la población en el consumo de alimentos adecuados, pues para la población es un deber y una necesidad saber qué significa una

28 Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Información nutricional, comunicación y educación. Disponible en: <http://www.fao.org/ag/humannutrition/nutritioneducation/es/>

ACCIONES QUE DEBERÍA REALIZAR EL ESTADO O LAS EMPRESAS PARA PROMOVER HÁBITOS ALIMENTARIOS EQUILIBRADOS.

Año 2016. En porcentaje de casos. Pregunta de respuesta múltiple



FUENTE: EDSA-Bicentenario (2010-2016) Observatorio de la Deuda Social Argentina (ODSA-UCA). Años 2010-2016.

alimentación saludable y cómo elegir opciones alimentarias aceptables.

A fin de informar mejor a la población y lograr su mayor concientización, los Estados tienen la obligación de asegurar que todos los sectores de la sociedad, y en particular las madres y los padres, así como también los niños y las niñas, conozcan los principios básicos de la salud y nutrición de los menores

ACCIONES QUE DEBERÍA REALIZAR EL ESTADO O LAS EMPRESAS PARA PROMOVER HÁBITOS ALIMENTARIOS MÁS EQUILIBRADOS SEGÚN EL ESTRATO SOCIAL.

Año 2016. En porcentaje de casos. Pregunta de respuesta múltiple



FUENTE: EDSA-Bicentenario (2010-2016) Observatorio de la Deuda Social Argentina (ODSA-UCA). Años 2010-2016.

de edad, tengan acceso a la educación pertinente con tal propósito y reciban apoyo en la aplicación de dichos conocimientos. Se detallan a continuación seis tópicos principales que los Estados deben contemplar:

(1) Adoptar medidas que aseguren a los consumidores tanto el suministro de información equilibrada para facilitarles la adopción de decisiones saludables, como la disponibilidad de programas apropiados de promoción de la salud y educación sanitaria. En particular, la información destinada a los consumidores debe adecuarse a los niveles de alfabetización, a las dificultades de comunicación y a la cultura local, y la misma ha de ser comprensible para todos los sectores de la población.

(2) Educación, comunicación y concientización del público. Una buena base para la adopción de medidas es la difusión y comprensión de conocimientos adecuados sobre la relación entre el régimen alimentario, la actividad física y la salud, el aporte y el gasto energético, así como también sobre decisiones saludables en lo relativo a productos alimenticios. Las medidas deben formular y transmitir mensajes consecuentes, coherentes, sencillos y claros, los cuales han de comunicarse por diversos canales y de forma tal que respondan a las características de la cultura local, la edad y el sexo de los receptores. Es posible influir en los comportamientos de la población desde diversos espacios, principalmente desde las escuelas, los entornos laborales y las instituciones docentes y religiosas, así como también por conducto de las organizaciones no gubernamentales, los líderes comunitarios y los medios de difusión. La educación en materia de alimentación y actividad física, tanto como la adquisición de conocimientos básicos sobre los medios de comunicación desde la escuela primaria, son importantes para promover dietas más sanas y, en especial, para poner resistencia a las modas alimentarias y a la información engañosa sobre estas cuestiones. También ha de prestarse apoyo a la adopción de medidas encaminadas a mejorar los conocimientos en materia de salud, teniendo en cuenta las circunstancias culturales y socioeconómicas locales. Es preciso, por último, evaluar y actualizar periódicamente las

campañas de comunicación.

(3) Programas de alfabetización y educación para adultos. En este marco, deben impartirse conocimientos básicos en materia de salud. Estos programas ofrecen una oportunidad para que los profesionales de la salud y los dispensadores de servicios sanitarios difundan entre los sectores marginados de la población conocimientos sobre régimen alimentario, actividad física y prevención de enfermedades no transmisibles.

(4) Comercialización, publicidad, patrocinio y promoción. La publicidad de productos alimenticios influye considerablemente en la elección de los alimentos y en los hábitos alimentarios. Es preciso, por lo tanto, desalentar los mensajes que promuevan prácticas alimentarias malsanas o la inactividad física, así como promover los mensajes positivos y propicios para la salud. Los gobiernos deben colaborar con los grupos de consumidores y el sector privado (incluido el de la publicidad) abordando asuntos como el patrocinio, la promoción y la publicidad, a fin de formular criterios multisectoriales apropiados para la comercialización de alimentos dirigida a los niños.

(5) Etiquetado. Acerca del contenido de los productos alimenticios, los consumidores tienen derecho a recibir información exacta, estandarizada y comprensible que les permita adoptar decisiones saludables. Tal como se propone en las Directrices del Codex sobre Etiquetado Nutricional, los gobiernos pueden exigir que se les facilite información sobre aspectos nutricionales clave.

(6) Declaración de propiedades relacionadas con la salud. Cuanto mayor es el interés de los consumidores por las cuestiones sanitarias y mayor la atención que prestan a la característica saludable de los alimentos, más recurren los productores a crear mensajes relacionados con la salud. Por eso, sobre los beneficios nutricionales y los riesgos que presentan los productos, los Estados deben cuidar que estos mensajes no engañen al público bajo ningún concepto.²⁹

29 OMS. Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud, 2004.

Así pues, el Estado debe:

- Facilitar a toda la población el acceso a información pública sobre salud, alimentación y nutrición.
- Promover acciones de educación alimentaria-nutricional, articuladas con el resto de los organismos públicos: salud, agroindustria, educación, desarrollo social, etc.
- Elaborar fichas informativas, manuales y material didáctico sobre alimentación saludable, inocuidad de los alimentos, etiquetado de los alimentos, etc.
- Realizar campañas de educación alimentaria-nutricional y, en este marco, ofrecer charlas y presentaciones a cargo de especialistas o profesionales de la salud en distintos ámbitos comunitarios: centros de salud, escuelas, lugares de trabajo, medios de comunicación masivos públicos (radio, televisión, redes sociales, etc.).
- Generar convenios marcos de colaboración y cooperación con la industria alimentaria, con el objeto de acordar acciones tendientes a educar al consumidor sobre una alimentación saludable y el etiquetado nutricional de los alimentos.
- Exigir a la industria alimentaria que facilite información exacta, estandarizada y comprensible sobre el contenido de los productos alimenticios.

¿Qué pueden hacer las empresas?

Para informar y lograr una mayor concientización de la población, las empresas deben:

- (1) Seguir desarrollando y ofreciendo a los consumidores opciones asequibles, saludables y nutritivas, y limitar el contenido de grasas saturadas, ácidos grasos trans, azúcares simples y sal en los productos existentes.
- (2) Proporcionar a los consumidores información adecuada y comprensible sobre sus productos y sobre nutrición.
- (3) Adoptar un etiquetado de los alimentos que sea sencillo, claro y coherente, cuyas declaraciones sobre las propiedades relacionadas con la salud estén basadas en pruebas científicas y ayuden a los consumidores a adoptar decisiones fundamentadas y saludables con respecto al contenido nutritivo de los alimentos.

(4) Suministrar a las autoridades nacionales información sobre la composición de los alimentos.³⁰

(5) Trabajar conjuntamente con el Estado, generando convenios marcos de colaboración y cooperación para realizar acciones tendientes a informar y educar a los consumidores en materia de alimentación y nutrición.

(6) Realizar acciones de educación alimentaria-nutricional en los principales puntos de venta de sus productos, por ejemplo en supermercados.

¿Qué pueden hacer las sociedades?

Para estar mejor informada, la sociedad puede:

(1) Participar activamente en las acciones de educación alimentaria-nutricional.

(2) Exigir a las empresas alimenticias que la información provista en los rótulos sea simple y de fácil comprensión, a fin de tomar decisiones más acertadas y adecuadas en la adquisición de los productos.

30 Organización Mundial de la Salud (OMS). Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud, 2004.

Nuevas etiquetas nutricionales: un desafío ineludible

Por el Prof. Dr. Alberto Cormillot

Director de la carrera de Nutrición en la Universidad Isalud.

La epidemia de obesidad es mundial. En 2014, 39% de las personas adultas tenían sobrepeso y 13% eran obesas, de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud.

De cada 10 argentinos, 6 tienen sobrepeso. Entre los chicos, casi 4 de cada 10. La mayoría de ellos tiene, además, distintos grados de carencias en vitaminas y minerales. Y lo más grave: las cifras aumentan año tras año.

Hasta hoy, las políticas para frenar esta epidemia tuvieron pocos resultados o fracasaron. Frente a la urgencia de explorar nuevos caminos, en Argentina comenzamos un proceso donde los ministerios de Salud y Agroindustria sellaron un acuerdo con la Coordinadora de Industrias de Productos Alimenticios (Copal) para lograr regulaciones progresivas en la cadena alimentaria que conduzcan a una alimentación saludable y equilibrada.

En esta primera etapa trabajamos con cinco objetivos: Mejorar el sistema de etiquetado facilitará las elecciones saludables dado que el consumidor podrá identificar los alimentos de alto contenido calórico y bajo valor nutricional de manera rápida y sencilla. Esto se



realizará en el marco de un cambio en el entorno promovido por los nuevos acuerdos con la industria para conseguir reducciones reguladas en el aporte de calorías, azúcares, grasas y sal; por la mejora en la educación formal e informal de la población y la puesta en marcha de prácticas de publicidad responsable.

SITUACIÓN ACTUAL. Hoy existe consenso acerca de la inutilidad del etiquetado en uso. El debate en torno al mejor sistema de etiquetas no es solo nacional. Distintos países del mundo idearon formatos para comunicar el contenido en calorías, grasas, azúcares y sal y la porción recomendada. Sin embargo, todavía no existe un acuerdo sobre cuál es la propuesta más eficiente.

En América Latina se siguieron distintas variantes (ver ilustración). Según el relevamiento publicado por UNICEF en el documento “Análisis de regulaciones y prácticas para el etiquetado de alimentos y bebidas para niños y adolescentes”, el sistema de Guías Diarias de Alimentación (GDA) es uno de los más utilizados, aunque resultó poco comprensible incluso en poblaciones con alto nivel educativo.

El “semáforo” es uno de los más estudiados y parece

influir en la elección y compra de alimentos saludables.

Las etiquetas de advertencia octogonales impuestas en Chile destacan los elementos que el alimento puede tener en exceso. Todavía se desconoce su impacto en la población.

Llegar a esta variedad de sistemas y al desconocimiento acerca de cuál resulta más eficiente es el resultado de una ausencia estatal de medio siglo frente al avance de la industria de la alimentación y el marketing de los alimentos y bebidas que confluyeron en hacer los productos cada vez más ricos y publicitados.

Hoy el Estado argentino, frente a la urgencia sanitaria, resuelve armar mesas de trabajo con la participación de distintos actores relacionados con el tema. Representantes gubernamentales, de la sociedad científica y universitaria y de la industria alimentaria, debaten y evalúan las alternativas más convenientes cumpliendo la propuesta de la OMS: “crear alianzas para fomentar la *cooperación*”.

En esta línea estamos trabajando para cambiar nuestra relación con los alimentos que consumimos y con los que viajan a los mercados del mundo. Ofrecer productos saludables tiene que ser uno de los motores del desarrollo sostenible de las próximas décadas.



PRIMERAS RECOMENDACIONES. El etiquetado frontal como estrategia de salud pública tiene como objetivo ayudar a los consumidores a elegir alimentos y bebidas industrializados más saludables de una manera sencilla y rápida.

Para conseguirlo, el nuevo sistema debe:

- *ser simple (no requerir habilidades matemáticas);
- *ser llamativo (usar colores, símbolos o palabras que adviertan al consumidor sobre la presencia de altas cantidades de nutrientes que deben limitarse);
- *ser rápido (tomar poco tiempo de interpretación);
- *contar con la mayor evidencia científica posible, generada por instituciones sin conflicto de interés;
- *estar acompañado de una campaña que provea información acerca de su uso, especialmente dirigida a padres, madres y cuidadores responsables de las compras familiares;

“ La región de las Américas tiene la mayor prevalencia de obesidad del mundo, incluidos niños y adolescentes. El etiquetado de alimentos contribuye positivamente en la reducción de los niveles de obesidad en toda la población. ”

UNICEF, noviembre 2016.

*involucrar a Organizaciones Internacionales y No Gubernamentales (ONGs) para promover y alentar la regulación incluyendo el tema en la agenda pública. Esto ayudará a diseñar un etiquetado que...

- permita a los consumidores tomar decisiones informadas;
- reduzca las brechas en el acceso a la información entre diversos grupos socioeconómicos;
- facilite la comparación entre productos de una misma categoría, permitiendo optar por la más saludable;
- sirva como incentivo para que la industria alimentaria desarrolle perfiles más saludables.

Nadie puede quedarse de brazos cruzados ante este desafío. Juntos podemos mejorar la salud de la población y ganar la batalla al sobrepeso y a la obesidad.

El Código Alimentario Argentino elaborado por la Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica –ANMAT– establece lo siguiente:

*Ningún alimento debe tener rótulos, ilustraciones, emblemas o frases que engañen al consumidor ni que prometan beneficios no probados científicamente.

*Ningún alimento debe enunciar algún efecto terapéutico.

*La etiqueta nutricional deberá estar escrita en el idioma del país destino del producto con letra de “buen tamaño, realce y visibilidad” (concretamente no inferior a 1 milímetro).

La experiencia indica que difícilmente se cumplan estos criterios.



La importancia del etiquetado de alimentos en la nutrición actual

Dra. Susana Socolovsky, CFS

Consultora internacional en regulaciones alimentarias e innovación tecnológica de alimentos.

En las últimas dos décadas, los hábitos de consumo y las preferencias de los consumidores de alimentos y bebidas han cambiado significativamente. Una de las mayores tendencias en curso es el movimiento hacia un consumo informado: los consumidores quieren más información sobre los alimentos y bebidas que compran, para poder tomar decisiones fundamentadas que se alineen con sus valores y se ajusten a sus metas de salud.

La subnutrición, las carencias vitamínicas y de minerales, la obesidad y las enfermedades crónicas relacionadas con la dieta coexisten en muchos países. Tanto en el caso en que los suministros alimentarios son insuficientes como cuando son abundantes, es esencial que las personas sepan cuál es la mejor forma de utilizar los recursos que aseguran su bienestar nutricional. Para gozar de una alimentación adecuada, es preciso que los individuos tengan acceso a alimentos suficientes y de buena calidad, comprendan en qué consiste una dieta balanceada, variada y saludable, y cuáles son las prácticas y la motivación que

conducen a una elección acertada de los alimentos; por eso es imprescindible propiciar la educación nutricional y en parte eso se logra con un etiquetado apropiado. La información que figura en los rótulos de los alimentos es el medio de comunicación primordial entre el consumidor y el productor de un alimento industrializado.

Cabe destacar que la alimentación diaria de un individuo se compone de variados alimentos frescos y otros manufacturados, y por ende los consumidores solo conocerán la composición nutricional de su dieta del día en forma parcial a través de la lectura de las etiquetas, ya que ni los alimentos frescos (como las carnes de variados tipos, verduras y frutas frescas, legumbres, etc.) se expenden en envases que contienen información nutricional, ni los alimentos listos para consumir provenientes de restaurantes o servicios de alimentación informan su contenido de nutrientes.

Por lo antedicho, es una necesidad insoslayable la educación acerca de la composición nutricional de

los alimentos en todos los niveles de escolaridad. De las 2000 Kcal que se recomienda consumir como meta diaria para un adulto en general, sólo el 30-40% de las mismas proviene de alimentos envasados, dependiendo del grupo etario, lugar de residencia (urbana o rural), etcétera.

Las etiquetas de los alimentos pueden proporcionar una amplia gama de información para ayudar a los consumidores a elegir su alimentación con discernimiento y también ayudan a proteger la salud pública mediante la presentación de información relevante, como la fecha de vencimiento de un producto, sus ingredientes y aditivos, ciertos alérgenos, instrucciones de almacenamiento y preparación, así como también mensajes y declaraciones de advertencia para ciertas poblaciones particulares.

En este sentido, el capítulo V del Código Alimentario Argentino (CAA) detalla la Reglamentación para el rotulado de los alimentos envasados. En particular, en el año 2005 se incorporó al mencionado Código la Resolución del Grupo Mercado Común (GMC) N° 26/03 que reglamenta los requisitos para el rotulado general; y desde 2006 es obligatoria la declaración de la información nutricional a partir de la incorporación de las Resoluciones GMC N° 46/031 y 47/032 a la normativa nacional.

A partir del 11 de junio de 2013, se encuentra en vigencia la Resolución Conjunta N° 161 SPReI y 213 SAGyP, referida a la declaración de propiedades nutricionales (Res. GMC N° 01/12). El cumplimiento de esta normativa es obligatorio desde el 1 de enero de 2014.

Es preciso aclarar aquí que la Información Nutricional Complementaria o declaración de propiedades nutricionales, también conocida como “CLAIMS nutricionales”, hace referencia a cualquier expresión y/o representación que afirme, sugiera o implique que un alimento posee propiedades nutricionales particulares, tanto en relación con su valor energético y su contenido de proteínas, grasas, carbohidratos y fibra alimentaria, como acerca de su contenido de vitaminas y minerales. La declaración de INC es de carácter opcional.

Las mencionadas Resoluciones GMC armonizadas en el ámbito del Mercosur se incorporan a las normativas nacionales de manera de complementar las estrategias y políticas de salud de los Estados Partes en beneficio de la salud del consumidor y con el objetivo de facilitar la libre circulación de los productos y evitar obstáculos técnicos al comercio. La Argentina y los países integrantes del Mercosur comparten una etiqueta idéntica, aunque persisten diferencias en información relativa al contenido de alérgenos en las declaraciones de propiedades saludables y otras.

El etiquetado frontal (FOP, por sus siglas en inglés *front of pack*)

El etiquetado frontal es una información complementaria que se presenta de manera gráfica en la cara principal del rótulo de los alimentos.

Varios países han implementado diversos etiquetados frontales voluntarios y obligatorios. Existen muy variados esquemas: el etiquetado semáforo, vigente en Ecuador; el etiquetado a partir de estrellas, aplicado en Australia, que considera puntajes positivos para nutrientes cuyo consumo se recomienda incrementar y puntaje negativo para aquellos nutrientes cuyo consumo se recomienda disminuir; el de sellos de advertencias para contenidos altos de nutrientes, cuyo consumo se recomienda disminuir (octágonos negros “alto en” de Chile); y muchos otros. Estos esquemas se presentan por porción del alimento o, en ciertos casos, se expresan por 100 g o 100 ml del alimento o bebida. Lo que se pretende, en cualquiera de las variantes, es que el consumidor advierta de un vistazo las características nutricionales de un alimento.

Dejando de lado la evaluación de la efectividad de cada una de estas opciones para cumplir su objetivo y modelar la selección de alimentos, es preciso resaltar que la normativa del Codex Alimentarius no incluye ninguna referencia expresa a la implementación obligatoria del etiquetado frontal.

En mayo de 2016, el Comité del Codex sobre Etiquetado de Alimentos (CCFL), tras examinar las

propuestas de la Asociación Internacional de Organizaciones de Consumidores de Alimentos (IACFO) y de los Gobiernos de Nueva Zelanda y Costa Rica, acordó establecer un Grupo de Trabajo electrónico para explorar la posibilidad de proponer revisiones de las normas actuales del Codex sobre etiquetado nutricional.

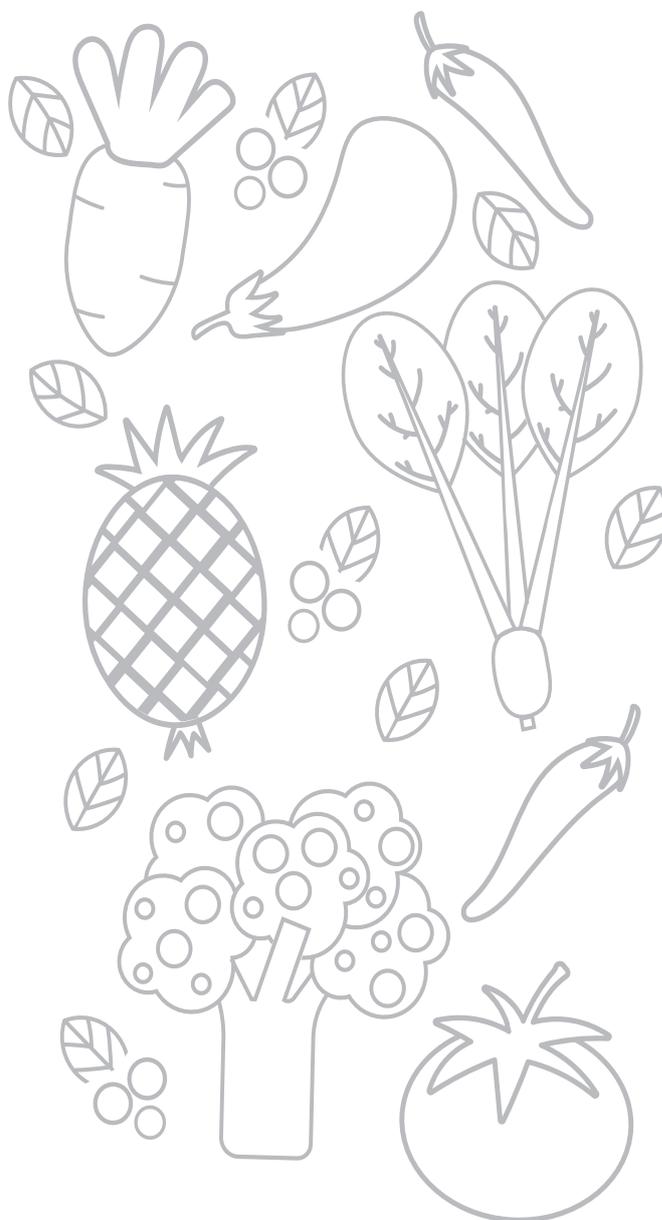
El Grupo de Trabajo FOP ya está trabajando con miras a recomendar al CCFL si propone a la Comisión del Codex negociar una nueva norma internacional para el etiquetado nutricional interpretativo FOP. En la reunión del CCFL que se llevará a cabo en octubre de 2017 en Asunción del Paraguay, el Grupo de Trabajo FOP indicará si recomienda negociar una nueva norma a los fines de fijar lineamientos armonizados y evitar que se continúen generando Obstáculos Técnicos al Comercio (OTC) por la proliferación de esquemas de etiquetado diferentes en distintos países; de modo que no constituya el etiquetado frontal una dificultad para exportar a los países que deciden implementarlo. Este es el inicio de un largo proceso: para que se constituya como normativa del Codex se necesitará de la posterior aprobación por consenso de la Comisión del Codex.

En este escenario de actividad internacional, resulta muy interesante la decisión, voluntariamente adoptada por varias compañías multinacionales en marzo de 2017, de implementar el esquema de información nutricional GDA (por sus siglas en inglés: *Guidelines Daily Amount*) con colores, que está en vigencia en Gran Bretaña.

Las etiquetas GDA front-of-pack constituyen una sinopsis útil de la información nutricional que se encuentra en la tabla nutricional de alimentos y bebidas, y como tal es muy relevante para todas las categorías de productos. El etiquetado GDA se basa en información por porción, mientras que el etiquetado semáforo se aplica por cada 100 g y, contrariamente al GDA, sus esquemas no están diseñados para uso universal, ya que arrojan resultados erróneos por cuanto otorgan etiquetas rojas a alimentos que se consumen en pequeñas porciones y cuya

contribución de nutrientes que se recomienda limitar en la dieta diaria es escasa.

No cabe duda de que los científicos y tecnólogos de alimentos en particular y los profesionales de la salud en general, así como todos en cuanto consumidores, participaremos de una evolución en el etiquetado de alimentos y bebidas que inclinará, eso se espera, la conducta alimentaria de la población hacia elecciones más informadas y adecuadas para gozar de una alimentación saludable.



Bibliografía

Aguirre, P., *Ricos flacos y gordos pobres. La alimentación en crisis*. Claves para Todos. Colección dirigida por José Nun. Buenos Aires, Editorial Capital Intelectual, 2004.

Codex Alimentarius, Organización Mundial de la Salud, Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación. *Etiquetado de los Alimentos*, 5ª ed., Roma, 2007.

Constitución de la Nación Argentina, Buenos Aires, diciembre de 1994

Elorriaga, N.; Colombo, M. E.; Hough, G.; Watson, D. Z. y Vázquez, M. B., “¿Qué factores influyen en la elección de alimentos de los estudiantes de Ciencias de la Salud?”, *DIAETA*, Buenos Aires, 2012; 30(141): 16-24.

Encuesta Global de Nielsen sobre el Comportamiento de Compra del Consumidor, Tercer Trimestre 2012.

European Food Information Council (EUFIC). Los factores determinantes de la elección de alimentos. Disponible en: <http://www.eufic.org/article/es/page/RARCHIVE/expid/review-food-choice/>

FAO/OPS. *Panorama de la Seguridad Alimentaria y Nutricional de América Latina y el Caribe*, 2016.

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. *Información nutricional, comunicación y educación*. Disponible en: <http://www.fao.org/ag/humannutrition/nutritioneducation/es/>

Organización Mundial de la Salud (OMS). *Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud*, 2004.

Organización de las Naciones Unidas (ONU), Consejo Económico y Social, Comité de Derechos Económicos, Sociales y Culturales. *Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales*. Observación general 12: El derecho a una alimentación adecuada (Art. 11°). Ginebra, 1999.

Otras publicaciones de la Serie Bicentenario 2010-2016:



Indart Rougier Paula y Tuñón Ianina (2015). Derecho a una alimentación adecuada en la infancia: niños, niñas y adolescentes entre 2 y 17 años en la Argentina urbana /. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Educa.

<http://www.uca.edu.ar/uca/common/grupo68/files/2015-Observatorio-Boletin-1-BDSI.pdf>



Tuñón Ianina y Laíño Fernando (2014). Insuficiente actividad física en la infancia: niños, niñas y adolescentes entre 5 y 17 años en la Argentina urbana. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Educa.

<http://www.uca.edu.ar/uca/common/grupo68/files/2014-Observatorio-Boletin-2-BDSI.pdf>



Laíño Fernando; Tuñón Ianina; Coll Agustina (2015). Oportunidades para el juego en movimiento. Niños, niñas y adolescentes entre 5 y 17 años. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Educa.

http://www.uca.edu.ar/uca/common/grupo68/files/Boletin_2_UCA_ODSI_2015_web.pdf



Indart Rougier Paula y Tuñón Ianina (2014). Derecho al agua segura. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Educa.

http://www.uca.edu.ar/uca/common/grupo68/files/Boletin_1_2016._Derecho_al_Agua_Segura.pdf



Tuñón, Ianina (2013). Derecho al juego. Entre el tiempo escolar, los amigos y el espacio público. Edición Barómetro de la Deuda Social de la Infancia. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Educa.

http://www.uca.edu.ar/uca/common/grupo68/files/Boletin_UCA_ODSI_2014.pdf



ODSA

Observatorio
de la Deuda
Social Argentina



UCA

Pontificia Universidad Católica Argentina
Observatorio de la Deuda Social Argentina

Av. Alicia M. de Justo 1500, cuarto piso, oficina 462
(C1107AFD) Ciudad de Buenos Aires - Argentina
Tel/fax: (+54 11) 4338 0615
E-Mail: observatorio_deudasocial@uca.edu.ar
www.uca.edu.ar/observatorio