



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES ARAGÓN**

EL NUEVO ETIQUETADO ¿NOS HARÁ MÁS O MENOS OBESOS?

MODALIDAD: TESIS

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
LICENCIADO EN COMUNICACIÓN Y PERIODISMO**

PRESENTA:

JORGE AGUILAR SÁNCHEZ

ASESOR:

ISRAEL JORGE QUINTERO SÁNCHEZ

CIUDAD NEZAHUALCÓYOTL, ESTADO DE MÉXICO, 2023



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

ÍNDICE

- 1 A modo de introducción, **2**
- 2 El nuevo etiquetado ¿nos hará más o menos obesos?, **5**
- 3 Enfermedades en cadena derivadas del sobrepeso y la obesidad, **12**
- 4 Sector salud y su sobrepoblación de pacientes con diabetes, **15**
- 5 Publicidad engañosa + gobierno despreocupado = epidemia de obesidad, **17**
- 6 El fracaso del etiquetado sudamericano, ahora emulado en México, **22**
- 7 ¿Los “parches negros” salvarán a los niños de la desnutrición?, **37**
- 8 Bebés, orillados a enfermarse gracias al etiquetado frontal, **59**
- 9 Botargas ante el fracaso del etiquetado frontal, **73**
- 10 Máscara VS Máscara, **81**
- 11 “Estando el hombre ocioso, se metió a chismoso”: Gobierno “infla” los etiquetados por dedazo para “tronar” empresas, **86**
- 12 Ni el osito ni el tigre se inmutaron con los octágonos, **90**
- 13 Conclusiones, **92**
- 14 Referencias, **94**

1A modo de introducción

La relevancia este trabajo periodístico se basa en presentar el tema del etiquetado frontal de alimentos, con el objetivo de demostrar las fallas que esta estrategia ha tenido desde su nacimiento. El planteamiento para abordar dicha temática es que desde que los alimentos procesados comenzaron a venderse con octágonos negros en sus empaques, los niveles de obesidad en niños y adultos no ha disminuido en México, además de que esas advertencias no han generado en el consumidor un sentimiento de culpa o remordimiento, y están lejos de incentivar las ganas por acudir al nutriólogo.

La problemática se remonta desde administraciones gubernamentales pasadas, en las cuales, las estrategias para mejorar los hábitos alimenticios fueron débiles, con spots que la población no podía comprender debido al equívoco contenido mal diseñado, además de que ningún plan se enfocó en educar a los mexicanos acerca de la dieta que necesitaba, dependiendo de su edad, peso, talla, actividad y rutina diaria.

Asimismo, las personas involucradas en realizar las campañas nutrimentales en México no han tenido la capacidad de comunicarse con toda la población y han dejado de lado varios sectores de esta, sin tomar en consideración su nivel socioeconómico y educativo. Es decir, es imposible que un ciudadano que no tiene estudios de medicina y/o nutrición descifre las claves impresas en los alimentos como edulcorantes, trans y saturada.

En este documento, también se busca exponer las desventajas, de las que actualmente los mexicanos son víctimas, con el etiquetado frontal de alimentos, ya que el Gobierno en turno no consideró todas las enfermedades y padecimientos alimenticios que existen, solamente se enfocó en difundir una campaña en la que se acentuaran los componentes negativos de la comida procesada, sin considerar los grados o niveles de daño comparativo entre productos.

Conocer las problemáticas a las que los ciudadanos están expuestos, como las personas con diabetes e hipertensión que deben de cuidar las cantidades de sal y grasa que contienen sus alimentos, era una tarea fundamental al crear una propuesta de esta naturaleza. Es imposible que con el etiquetado frontal puedan verificar por medio de números y porcentajes si el exceso de grasas de un producto estriba en una porción o en todo el empaque, situación que ha orillado al consumidor a elegir sin tener la certeza de que ha tomado la mejor opción.

Por su parte, es del conocimiento de los médicos y los funcionarios encargados del sector salud, que los pacientes con diabetes y enfermedades crónicas deben registrar en tablas y cronogramas los alimentos que ingieren todos los días y la cantidad de calorías que estos contienen. Lo que las autoridades no contemplaron es que no solamente las golosinas tienen azúcar y grasa, también los productos enlatados, así que un padre de familia no podrá escribir en su bitácora cuántas calorías tienen los chiles o las sardinas en lata, negándole a su hijo una alimentación variada, que en cantidades pequeñas resultaría inofensiva o incluso necesaria.

A su vez, las empresas encargadas de fabricar los alimentos procesados fueron objeto de ataques y discriminación, porque el mensaje en torno a los corporativos fue y se mantiene, como que todo lo que producen es dañino para la salud, impidiendo que su publicidad exprese los nutrientes que los cereales, las galletas y las sopas contienen, polarizando las opiniones e incitando a las ideologías populistas y radicales, en las cuales la educación nutrimental es lo que menos importa, a desdeñar y calificar de forma negativa a todos los productos procesados por igual desde que la norma fue impuesta hace más de tres años.

Por consiguiente, en este reportaje se abordarán diferentes puntos de vista que van desde las entrevistas a especialistas, hasta la opinión que tienen los consumidores, sin dejar de lado los datos duros que den contundencia y solidez a la investigación y así tratar de demostrar que, aunque en apariencia, desde el Gobierno se buscan alternativas para mejorar la salud y reducir los niveles de sobrepeso en el país, los

métodos y estrategias elegidos no son suficientes, pues no están basados en investigaciones serias ni en prácticas adecuadas, según el contexto e idiosincrasia como mexicanos.

2El nuevo etiquetado ¿nos hará más o menos obesos?

Durante generaciones las familias mexicanas han mostrado poco interés en educar su alimentación, dejándose llevar por mitos y suposiciones como cuando una persona con sobrepeso cree poseer óptima salud o cuando piensan que enfermedades como la diabetes mellitus son ocasionadas por una fuerte impresión.

Antes de comenzar a discutir si han sido correctas o erradas las campañas del control de peso en México, o si el gobierno ha acertado en proponer el etiquetado frontal de alimentos, mismo que expone solo con palabras sueltas los componentes de los comestibles, es necesario dejar claro y reconocer que en México nunca ha existido una cultura de la alimentación, donde se eduque a la población que comestibles son mejores que otros y en qué proporción se deben consumir.

Hace 20 años era muy poco común que se tocara el tema de la alimentación. ¿Alguien leía las etiquetas de los productos que compraba en el supermercado o en la tienda? ¿Grasas trans? ¿Edulcorantes? ¿Qué es eso? ¿Era necesario? La respuesta es sí, porque en la actualidad los mexicanos sufren las consecuencias de no atender su salud alimenticia. Sin embargo, no existía el conocimiento ni el interés de la población por asistir a un chequeo con el doctor y/o el nutriólogo, así como de percatarse del número de calorías y sustancias peligrosas que contenían los alimentos procesados.

Es por ello que durante años México se ha caracterizado por colocarse en los primeros lugares de obesidad y se ha pensado que es producto de su gastronomía o por su gran variedad de alimentos fritos. Pero el mal nace desde la precaria cultura de la alimentación en las familias mexicanas porque nunca se ha tenido un fuerte

interés por contextualizar o conocer lo que se lleva a la boca, ni por parte del sector salud ni por parte del nicho familiar.

El hábito de las familias mexicanas por comer alimentos altos en sodio y grasas, combinado con el rezago y poca atención de las autoridades por regular las cantidades de las porciones de los comestibles, derivó en una situación fatídica en la salud de las personas: la epidemia de enfermedades mortales como el sobrepeso, la obesidad y la hipertensión.

Porque ¿qué comía cada mexicano? No existía el hábito de ir al nutriólogo ni era común leer las etiquetas de los alimentos, por lo que durante años, se mantuvo la misma línea de etiquetado, números con porcentajes y términos difíciles de entender que además estaban escondidos en la parte menos visible del empaque. No obstante, hasta que llegaron a nosotros las alarmantes cifras de obesidad infantil en México, que ya se conocían en todo el mundo, el gobierno se dispuso a componer el camino de la alimentación y creó conciencia sobre esta, aunado a aplicar estrategias cuyo objetivo era cambiar los hábitos de consumo.

El problema, era modificar una ideología arraigada en el colectivo nacional, trastocar una herencia que rayaba en la idiosincrasia más profunda del mexicano, en la cual se romantizaba el amor y las costumbres de las abuelas cuando les daban a sus hijos y nietos altas cantidades de grasa y sal; pues al ser consideradas en nuestro país como personas con autoridad e imposibles de cuestionar, la mala alimentación y el pésimo régimen nutrimental no era tema de discusión.

“Entre más gordito el niño, más sano”; es lo que mencionaban muchas de las abuelas cuando veían a niños con cuerpos deformados, extremidades y articulaciones atrofiadas por exceso de peso y vientres prominentes que dificultaban el movimiento de la persona. La diabetes que se les desarrolló años después, se creía que había sido causa de un susto o simplemente por genética.

“Mándale de lunch el juguito de lata, no le des CocaCola porque es mala”; por años, madres de familia vivieron desinformadas consideraron que el “néctar” enlatado era natural y nutrían a sus hijos; sin saber que tiene más del doble de azúcar que el refresco de cola, sin menospreciar el daño que este último genera de diferentes formas.

“Yo como pan integral porque es pura fibra, es para la dieta”; frase común de las señoras deseosas por bajar de peso cegadas por un falso estereotipo nutricional; si las etiquetas fueran claras se hubieran dado cuenta que el pan integral le duplica las calorías al pan blanco.

“Las galletas de la tienda naturista son fit, 0% azúcar”; alimento común entre los individuos que en sus propósitos de año nuevo está ir al gimnasio; y al llegar a diciembre continúan en el mismo peso, pues muchas de las galletas de la tienda naturista contienen tres veces más calorías que las cubiertas de chocolate.

Era poco común que las personas se preocuparan por las porciones de grasas consumidas; o se preguntaran qué ocurre cuando se le da constantemente azúcar en sus bebidas a un niño. La publicidad engañosa y la desinformación alimentaria produjeron una bomba de tiempo. En México, sólo 23% de personas lee la información adicional que se muestra en los empaques, de acuerdo con la encuesta *“Who cares, Who Does?”* realizada por la compañía consultora Kantar, realizada en diciembre del 2019. (Universal, 2019)

De acuerdo con el informe del El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef) titulado “Estado mundial de la infancia 2019”, en México el 59% de los niños tiene una diversidad mínima en su dieta y el 18% no consume frutas ni verduras. El 5% de los niños de 0-4 años tiene sobrepeso y dentro de los niños y adolescentes de 5 a 19 años el 35% presenta sobrepeso y obesidad, mientras que el 2% está delgado o muy delgado. (Unicef, 2019)

La ignorancia en los hábitos alimenticios llevó a un escenario en el que los hospitales se mantuvieron saturados de niños con obesidad, los cuales han desarrollado diabetes. Al principio, cuando no se cuida la alimentación no se observan cambios en el organismo, pero después hay consecuencias graves de esta enfermedad silenciosa, porque la mala alimentación no solo abarca el sobrepeso o la obesidad, sino también el cáncer, diabetes, hipertensión, dislipidemia (niveles altos de colesterol total o de triglicéridos) y enfermedades del hígado y la vesícula, que a su vez desembocan en padecimientos mentales como la depresión y ansiedad. Problemas que mantienen colapsado al sistema de salud del país. Los nuevos hábitos, costumbres y las rutinas de vida tan aceleradas de las grandes ciudades han orillado a las personas a llevar una mala alimentación.

Por otro lado, la revista médica del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), menciona en su publicación "Panorama de la obesidad" que, en la actualidad, que México y Estados Unidos ocupan los primeros lugares de prevalencia mundial de obesidad en la población adulta (30 %), la cual es diez veces mayor que la de países como Japón y Corea (4 %). ((IMSS), 2018)

En nuestro país, las tendencias de sobrepeso y obesidad en las diferentes encuestas nacionales muestran un incremento constante de la prevalencia a lo largo del tiempo. Como lo afirma Javier Dávila Torres en su informe "Obesidad en México", de 1980 a la actualidad, la prevalencia de obesidad y sobrepeso en México se ha triplicado en proporciones alarmantes con escasos recursos y nivel educativo bajo. (Dávila, 2015)

Esto es en parte genético, pero los niños generalmente comparten dietas inadecuadas y formas de vida sedentaria de sus padres, aspecto social relevante en la diseminación de la obesidad.

Por ello, el Congreso de la Unión aprobó en octubre del 2020 una reforma a la Ley General de Salud para modificar el etiquetado de alimentos y bebidas excedentes

de nutrientes críticos; la cual, el Gobierno de México explica en su portal www.gob.mx/salud como una herramienta que permitirá conocer si el contenido -en términos de calorías, azúcares, grasas saturadas, grasas trans y sodio- rebasa los niveles adecuados para mantener la salud; es decir, empoderará a las y los consumidores para la toma consciente de decisiones, a fin de reducir los niveles de obesidad y sus consecuencias sobre la morbi-mortalidad que produce la diabetes, el cáncer, la hipertensión, las enfermedades cardiovasculares y también COVID-19. Entre los beneficios de colocar el nuevo etiquetado al frente de cada producto, destaca que a partir de dicha regulación la información sería más clara y fácil de comprender para el consumidor. (Unión, 2019)

Aunque se impuso la reforma del etiquetado frontal de alimentos procesados, este ha perdido fuerza conforme pasa el tiempo, pues no ha sido eficaz ni bien estructurado. La nueva metodología de cambiar los hábitos alimenticios muestra en los comestibles sellos con leyendas como “exceso de sodio, edulcorantes y grasas”, pero no causa una repercusión importante en la sociedad, solamente desemboca en algo inservible, dado que el grueso de la población no conoce el significado de dichas etiquetas y estas no reflejan con claridad si esos excesos son por porción, cucharada y gramo.

Es por eso, que en este reportaje se demostrará que esta ley no está funcionando, pues desde su aprobación en el senado, la mayor parte de los consumidores de alimentos procesados siguen sin prestar atención a lo que consumen y continúan con malos hábitos alimenticios. Por lo tanto, hasta que la infraestructura en la imagen de los comestibles no sea clara y se le explique a la población con información en campañas de salud nutrimental qué ingieren y exista conciencia de ello, sin adelantarse a campañas de discriminación de alimentos poco entendibles, seguirá el desinterés y aplazamiento de una buena salud.

Marco Antonio Montoya, capitalino de 21 años, estudiante de Diseño, al ser cuestionado sobre cómo es su alimentación diaria, responde que “*desayuno hasta*

el mediodía, comida rápida como tortas, más tarde en casa comida casera, sopa y algún guisado, en la noche pan y café; desde niño ha sido muy similar, ha existido una gran abundancia de carbohidratos como pan y galletas”.

Según datos de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y Agricultura (FAO), México tiene una de las peores dietas y hábitos alimenticios, las harinas blancas (procesadas), grasas saturadas y conservadores, son tres de los componentes claves de la mala alimentación y se encuentran en muchos productos que forman parte de la dieta diaria de los mexicanos. (Agricultura, 2019)

Alina García, nutrióloga y CEO de la empresa NAHREN: Consultoría en Nutrición y Bienestar reveló los productos más nocivos para la salud de los mexicanos; *“el principal es el refresco, los mexicanos no consumen agua suficiente, se tratan de hidratar a través del refresco, donde se consume muchísima azúcar, los antojitos mexicanos no son malos, en el sentido que tengan maíz y frijoles, lo malo es que estén fritos, no es lo mismo una quesadilla frita que una al comal”.*

Marco, quien ha tenido que recurrir a consumir comida rápida por ser de mayor alcance, considera que *“la fast food es más económica que la comida saludable y mucho más rápida de adquirir, además de que se adapta al ritmo que llevo, la leche y el huevo son fáciles de comprar, pero no tengo tiempo de cocinar cosas que me beneficien de manera saludable, generalmente tengo que recurrir a comer en Burger King o Little Caesars”.*

A través del Tercer Foro Campesino de la XXII Feria de la Cultura Rural y del Día Mundial de la Alimentación, Sergio Barrales, rector de la Universidad Autónoma de Chapingo, el 60% de los alimentos que consume un mexicano todos los días es comida procesada, de ahí los problemas de obesidad y diabetes que se reportan en el país. (Alimentaria, 2017)

De acuerdo con cifras de la Secretaría de Hacienda y Crédito Público (SHCP), la comida chatarra, aquella considerada como alimento no básico de alta densidad calórica, le dejó al gobierno una recaudación de 21,827 millones de pesos a noviembre del 2018. (Saldívar, 2019)

Para corroborar el testimonio de Marco, se hizo una comparación entre comida de primera necesidad y *fast food* en las cadenas *Burger King* y el supermercado Bodega Aurrera; los resultados arrojados fueron: con \$102 de salario mínimo de un mexicano, es más fácil adquirir comida chatarra; dos *Whooper JR* que incluye dos hamburguesas con vegetales, carne de pollo o res, papas fritas y refrescos tamaño mediano a un precio de \$125, en el supermercado un agua Bonafont Natural vale \$15, a comparación de una Coca Cola de tres litros que vale \$34; en la lógica de una persona, conviene comprar más refresco por menos precio.

También, un kilo de carne molida cruda en el supermercado su precio asciende a \$125, un kilo de huevo San Juan cuesta \$48, litro de leche Lala \$18.50, alimentos que, para preparar una comida completa, se tiene que adquirir otros alimentos para acompañarlos, situación que resulta muy complicada para el 42% de los trabajadores mexicanos que según cifras de Animal Político, tiene un ingreso laboral inferior a la línea de bienestar mínimo.

Un estudio llamado “hábitos de alimentación en niños con sobrepeso y obesidad” realizado por Pediatría de México a 223 niños reveló los malos hábitos de alimentación, como que el 70.8% de los niños toman bebidas azucaradas tres o más veces por semana y el 37.2% lo hace diariamente; sólo el 18.4% de los niños come verduras diariamente; sólo el 34.5% de los niños juega fuera de casa tres o más veces por semana y el 12.5% lo hace diariamente. (Martínez, Álvarez, & Ruiz, 2012)

En lo que respecta a la posibilidad de los mexicanos a adquirir productos saludables, Alina indica que en México hay muchos comestibles con alto contenido en proteínas pero muy difíciles de conseguir, pero también el bolsillo se puede ajustar a sustituir

ciertos alimentos por derivados de la misma familia; *“el salmón te aporta omega 3 pero tiene un costo muy alto, sin embargo las sardinas y el atún también aportan ácidos grasos saludables, el mexicano puede llevar una alimentación totalmente equilibrada sin necesidad de comprar productos caros, otro ejemplo son las almendras que no son accesibles para todo el mundo, pero ese tipo de grasas también las podemos conseguir en los cacahuates, el precio no es una limitante, el problema es el tiempo”*.

3 Enfermedades en cadena derivadas del sobrepeso y la obesidad

Tal como se afirma en el sitio electrónico del Instituto Nacional de Salud Pública (INSP), desde el año 2000, la diabetes mellitus en México es la primera causa de muerte entre las mujeres y la segunda entre los hombres. En 2010, esta enfermedad causó cerca de 83 000 muertes en el país. (Pública, 2020)

La diabetes es un padecimiento en el cual el azúcar (o glucosa) en la sangre se encuentra en un nivel elevado. Esto se debe a que el cuerpo no produce o no utiliza adecuadamente la insulina, una hormona que ayuda a que las células transformen la glucosa (que proviene de los alimentos) en energía. Sin la suficiente insulina, la glucosa se mantiene en la sangre y con el tiempo, este exceso puede tener complicaciones graves.

Marco, enfatiza que en su familia hay personas con sobrepeso y diabetes, pero que él no ha presentado aún un cuadro de estas enfermedades; *“no he tenido estas enfermedades, pero mi vida es sedentaria, no hago ejercicio, los alimentos que se preparan en mi casa no son estándar, hay ocasiones en las que puede haber verduras, pero muchas veces son cosas fritas; a las cosas saludables ya no les encuentro ningún sabor, si las cosas no están fritas no me saben, regularmente el pan empaquetado lo compro hasta 5 veces por semana, el alcohol, una vez cada dos semanas”*.

Este tipo de alimentación donde las verduras están ausentes, además combinada con alcohol, repercute en jóvenes desencadenando diabetes, hipertensión, enfermedades cardiovasculares y del sistema digestivo, anemia, dislipidemia, algunos tipos de cáncer e infecciones, donde las personas más jóvenes con diabetes tienen un riesgo 7 veces mayor de muerte cardíaca súbita; como lo dio a conocer la revista *Health Day* en su edición del mes de noviembre del 2017. (HealthDay, 2017)

La diabetes mellitus aumenta el riesgo de cardiopatías y accidentes cerebrovasculares (como embolia). Además, a largo plazo puede ocasionar:

- Ceguera (debido a las lesiones en los vasos sanguíneos de los ojos).
- Insuficiencia renal (por el daño al tejido de los riñones).
- Impotencia sexual (por el daño al sistema nervioso).
- Amputaciones (por las lesiones que ocasiona en los pies).



4 Tomado de: Revista Alcaldes de México. <https://www.alcaldesdemexico.com/notas-principales/estados-con-mayor-tasa-de-obesidad/> Fecha: 14/05/22

Fernanda Hernández de 19 años quien estudia la carrera de arquitectura, describe como sus malos hábitos alimenticios provienen desde la familia, y cómo el

sobrepeso la ha llevado a ser propensa en un gran porcentaje a enfermedades mortales como la diabetes; *“cuando era niña salíamos siempre a comer a la calle, actualmente estoy pasada de peso y ya me han pedido que los baje porque puedo tener diabetes, en mi familia hay ese tipo de enfermedades, llevo una vida sedentaria, no hago ejercicio y siempre tengo que acudir a la comida rápida porque puedo comer lo que quiera a la hora que se me antoje, no tengo la posibilidad de cocinar porque en las tardes no estoy en mi casa”*.

Según el informe de noviembre del 2020 de la Organización Mundial de la Salud (OMS), al menos un 60% de la población mundial no realiza la actividad física necesaria para obtener beneficios para la salud. Esto se debe a la insuficiente participación en la actividad física durante el tiempo de ocio y a un aumento de los comportamientos sedentarios durante las actividades laborales y domésticas. El aumento del uso de los medios de transporte "pasivos" también ha reducido la actividad física. (OMS, 2020)

La diabetes en México

Al menos 10 millones de habitantes están diagnosticados con la enfermedad.



2 Tomado de: Revista atención médica. <https://www.atencionmedica.com.mx/pro/noticias/ver/6> Fecha: 21/05/22

Los niveles de inactividad física son elevados en prácticamente todos los países desarrollados y en desarrollo. En los países con mayor nivel adquisitivo, más de la mitad de los adultos tienen una actividad insuficiente. En las grandes ciudades, la inactividad es un problema aún mayor.

A juicio de Alina, una persona aunque sea delgada puede llegar a tener problemas de salud; *“una persona delgada no significa que va a tener siempre los niveles adecuados de colesterol, triglicéridos y glucosa, por eso es muy importante monitorearnos; no necesariamente tenemos que llegar al sobrepeso, una vez al año se recomienda una química sanguínea, muchas personas delgadas pueden decir: yo estoy muy sano y comen fatal, y desarrollan hipertensión que es una enfermedad silenciosa la cual representa un riesgo para tener infartos”*.

4Sector salud y su sobrepoblación de pacientes con diabetes

Según datos publicados en julio del 2021 por el Instituto Nacional de Geografía y Estadística (INEGI), en 2020, la diabetes mellitus fue la tercera causa de decesos en México (sólo después de las enfermedades del corazón y de la COVID-19), el número de muertes fue más alto que en años anteriores. (INEGI, 2021)

En el marco del Día Mundial de la Diabetes, el 14 de noviembre del 2019, la Alianza por la Salud Alimentaria recordó que en 2006 la Organización de las Naciones Unidas (ONU) declaró que “la diabetes es una enfermedad crónica, debilitante y costosa, que tiene graves complicaciones, conlleva grandes riesgos para las familias, los Estados Miembros y el mundo entero”. (Consumidor, 2019)

En el documento fechado el 20 de diciembre de ese mismo año hace pública su preocupación, pues esta enfermedad “plantea serias dificultades para el cumplimiento de los objetivos de desarrollo convenidos internacionalmente”.

Karla Hernández Suárez, nutrióloga especialista en diabetes, opina acerca de las consecuencias que tendrá el país si la epidemia de diabetes continúa. Hace énfasis en que la población de mayor riesgo es la infantil, pues serán los precursores en ramificar árboles genealógicos de familias con dicha enfermedad.

“El sector salud no tiene nociones para enfrentar epidemias de ningún tipo, mucho menos una que ya se salió de control como la diabetes mellitus. En la mayoría de los casos que se presente, el padecimiento va a ser mortal y sobre todo se va a reflejar en niños, pues recordemos que antes la diabetes tipo 1 era juvenil pero hereditaria, la tipo 2 que se adquiere por los hábitos alimenticios se presentaba comúnmente en las personas de la tercera edad; pero cada vez son más jóvenes que la tienen; y el problema no es solo ese, sino que también cuentan con hipertensión, triglicéridos y colesterol que terminan en infartos siendo unos niños”, comentó.

El costo de la diabetes para nuestro país suma cientos de millones de dólares al año. En el 2014, el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) gastó \$235 millones de dólares (MDD), mientras que el ISSSTE gastó \$73 MDD y la Secretaría de Salud llegó a \$152 MDD.

Para el 2016, estas cifras se elevaron a \$315 MDD, \$89 MDD y \$209 MDD, respectivamente, dando un total al año de \$613 MDD. (Álvarez, 2023)

El portal de noticias Animal político, reveló las raquíticas cifras presupuestales que el gobierno de México invirtió en el tratamiento de pacientes con diabetes y programas para el control de peso durante el 2020, año en el cual estalló la pandemia en México; enfermedades que, según el subsecretario de Salud, Hugo López-Gatell, incidieron en el fallecimiento de personas contagiadas de coronavirus. (Roldán, 2020)

Karla dio a conocer su desacuerdo con las actitudes del gobierno actual que evaden el inquietante aumento de casos de diabetes mellitus, sobre todo por el pobre presupuesto que el plan de salud cuenta para su tratamiento. *“No se han preocupado porque no les importa, ellos buscan ingresos para malgastarlos, recordemos que no solo dejaron de invertir en esto, también en el cáncer. El turismo y construir trenecitos tienen un presupuesto más amplio y la salud es su última preocupación; es lógico que les conviene que una persona con diabetes avanzada*

pague consultas, impuestos y tratamientos porque eso les da dinero, y si se enfoca en la prevención de enfermedades no obtiene beneficios económicos”, aseguró.

De acuerdo con el informe trimestral del gasto publicado por la Secretaría de Hacienda, el sector salud tuvo un subejercicio de 8.6%, es decir, la Secretaría de Salud (Sedesa) no gastó 5 mil 356 millones de pesos que estaban previstos para tres programas: Seguro Médico Siglo XXI; para la prevención y control de sobrepeso, obesidad y diabetes; y para la salud materna, sexual y reproductiva. (Roldán, 2020)

El segundo programa con menos disposición de dinero fue el programa de Prevención y Control de Sobrepeso, Obesidad y Diabetes, que tenía un presupuesto para 2020 de 552 millones de pesos y del que sólo gastó 56% (221 millones de pesos) de los 392 millones de pesos que tenía autorizados entre enero y junio. (Roldán, 2020)

“La desinformación sobre cómo debemos comer es lo que aumentará con la reducción de presupuesto, situación que ya era grave desde antes. Es incoherente que al mismo tiempo que la gente estaba encerrada siendo sedentaria redujeron un plan de acción para combatir el síndrome metabólico, que incluye el aumento de peso, triglicéridos altos, diabetes mellitus, por lo que estas enfermedades tendrán una mortalidad muy alta”, informó Karla.

5Publicidad engañosa + gobierno despreocupado = epidemia de obesidad

Conforme han transcurrido los sexenios presidenciales en México, los mandatarios han intentado poner en marcha estrategias y planes para frenar padecimientos de sobrepeso y obesidad, sobre todo cuando en 2016, la Sedesa declaró emergencia epidemiológica por obesidad y diabetes, suceso insólito por tratarse de enfermedades crónicas no transmisibles y que marcaba la urgencia por reforzar e implementar acciones efectivas.

Sin embargo, esas campañas para frenar el sobrepeso y la diabetes han resultado un rotundo fracaso, pues en los últimos dos ejercicios presidenciales, periodo donde se agravaron las afecciones por una mala alimentación, los funcionarios a cargo de estos programas no se han capacitado para fundamentar con bases sólidas alguna acción que genere en la población iniciativa para mejorar sus hábitos alimenticios.

Todos estos planteamientos han estado sesgados y fueron lanzados para cumplir promesas de campaña. Estos no tratan el problema desde el origen, sino que solo se han dedicado a “parchar” los alimentos creyendo que de esta forma las personas dejarán de consumirlos.

El rezago de cultura nutricional en México es tal elevado, que Karla enfatiza que en algunos sectores sociales no conocen la existencia de algunos padecimientos, lo que lleva al etiquetado frontal de alimentos procesados a convertirse en un desorden estratégico. *“Empezaron por donde no debían, cuando hacemos prácticas en pueblos alejados muchas personas no saben qué significa diabetes o cómo la adquieren; ¿cómo ponen palabras en todo lo que comemos cuando la mayoría no sabe nada del tema? Su estrategia es hipócrita, no les interesa que la gente coma mejor, más bien cobrar más impuestos a las marcas que más sellos tengan en sus empaques”*, planteó la nutrióloga.



5Tomado de: Facebook página oficial programa Chécate midete muévete. <https://www.facebook.com/Checatemitetemuevete/> Fecha: 1/06/22

En 2013, el presidente Enrique Peña Nieto presentó la Estrategia Nacional para la Prevención y el Control del Sobrepeso y la Obesidad que entregó regulaciones

fundamentales para la prevención de la obesidad a la propia industria de alimentos y bebidas, haciendo fracasar esta política.

A propuesta del ejecutivo, dijo, *“se gravarán las bebidas azucaradas y por iniciativa de los diputados, respaldada ayer por los señores senadores, también habrán de gravarse los alimentos no básicos con alta densidad calórica”*. *“El propósito de ambos impuestos es reducir el consumo de estos productos asociados al incremento del sobrepeso y la obesidad entre los mexicanos”*. (México, 2013)

Subrayó que *“para potenciar el efecto favorable de esta reforma, es de esperar que los señores diputados también aprueben, dentro del Presupuesto, una partida sustancial de la recaudación de estos impuestos al gasto en la salud, a programas de prevención del sobrepeso y la obesidad, así como a medidas para incrementar el acceso a agua potable en centros escolares”*.

Anunció además la creación de un sello de “calidad nutricional” para los productores que así lo soliciten y cumplan con los altos estándares nutricionales. *“Éste será un incentivo adicional para que la industria reformule sus productos o genere más opciones saludables para todos los mexicanos”*.

La nutrióloga Karla enunció los malos manejos que tuvo esta administración con la salud pública, pues encontraron en la iniciativa de una mejor alimentación, la oportunidad de cobrar a todo aquel que quisiera lucir en su empaque un etiquetado más nutritivo para todos. *“La propuesta de Peña Nieto falló por la desinformación y la corrupción; la información de muchos alimentos procesados estaba alterada porque las etiquetas traseras que marcaban el porcentaje no coincidían con los ingredientes y el cuadro nutrimental. Así que para que ciertas galletas, refresco o pan no fueran malos para los niños, la marca pagaba su mordida al gobierno y alteraban los números que indicaban la cantidad de azúcar, grasa, etcétera”, confesó.*

Aunado a las decisiones políticas equivocadas, las marcas de los alimentos procesados han aprovechado el rezago en la educación nutricional para “filtrarse” en la dieta diaria de las personas como productos nutritivos o inofensivos para la salud, gracias a que la decisión del gobierno de etiquetar los comestibles nunca fue ejecutada con rigor hasta finales del 2020.

En lo que se refiere a los alimentos procesados que han optado por una publicidad engañosa llamada dietética, *light* o *gluten free* y que aun siendo exhibidas por las instituciones de salud no ceden a modificar sus porciones de sustancias nocivas, han refutado las advertencias de los sellos frontales, desmintiendo estos y sosteniendo su postura de que su consumo es benéfico.

En su cuenta de Twitter, la marca “Saníssimo” enfrentó a un usuario quien señaló que las tostadas que vende este corporativo fueron clasificadas con exceso de calorías, azúcares y grasas saturadas. La compañía negó rotundamente la veracidad y existencia de las advertencias del empaque, aun cuando cualquier persona puede observarlas. *“¡Hola! Gracias por escribir. Todo nuestro portafolio está libre de octágonos de advertencia, CON EXCEPCIÓN DE GALLETAS DE ARROZ CON CHOCOLATE debido al chocolate y los arándanos deshidratados. Puedes confiar en que nuestros productos son aptos para ser incluidos en una buena alimentación. ¡Feliz día!”*; respondió.

Otra de las compañías alimenticias que se han disfrazado como dietéticas y que en los últimos meses desataron polémica en las redes sociales son “Nopalía”, botanas que alguien que busca reducir su peso podría comer sin límites, pues resultaría de mejor provecho que unas papas fritas.

Es importante señalar que cuando las promesas de los presidentes anteriores respecto a regular las cantidades de azúcar y calorías no fueron cumplidas, se predicó en la sociedad la ideología de que las botanas supuestamente saludables no tenían restricción de consumo, pues era fácil quedar satisfecho con ellas y no

podría haber algo mejor que eso para reducir la grasa corporal; sin embargo estas creencias acerca de la alimentación ideal derivaron en una peligrosa alza de casos de diabetes en todo el país, donde comer “Sabritas”, palomitas “Act - II” o “Ruffles” de queso no era más conveniente, pero sus elementos que los componen sí resultan menos perniciosos que aquellos que nacieron como “fit”.

En octubre del 2020, durante el sexenio del presidente Andrés Manuel López Obrador, se impulsó el etiquetado frontal de alimentos, herramienta que según los

funcionarios, permitió conocer si el contenido -en términos de calorías, azúcares, grasas saturadas, grasas trans y sodio- rebasa los niveles adecuados para mantener la salud; es decir, empoderó a las y los consumidores para la toma consciente de decisiones, a fin de reducir los niveles de obesidad y sus consecuencias sobre la morbi-mortalidad que produce la diabetes, el cáncer, la hipertensión, las enfermedades cardiovasculares y también COVID-19. (México, Modificación a la Norma Oficial Mexicana NOM 051 SCFI SSA1 2010, 2021)



4Tomado de: Secretaría de Salud Gobierno de México.
<https://www.gob.mx/salud/es/articulos/este-1-de-octubre-entra-el-vigor-el-nuevo-etiquetado-frontal-de-alimentos-y-bebidas-no-alcoholicas-preenvasados?idiom=es> Fecha: 15/06/22

En la modificación a la NOM 051 de especificaciones generales de etiquetado para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados, participaron la Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios (Cofepris), organismo de quien depende esta norma, la Subsecretaría de Industria, Comercio y Competitividad de la Secretaría de Economía que coordinó su proceso, así como del Grupo Intersecretarial de Salud, Alimentación, Medio Ambiente y Competitividad (Gisamac).

Otros actores clave que contribuyeron en la producción de evidencia científica para lograr un etiquetado frontal fueron el Instituto Nacional Salud Pública (INSP), laUnicef y la FAO.

“Repitiendo los errores del presidente anterior, se imprimieron sellos sin control en todo lo que te pudieras llevar a la boca. La premisa parecería buena, pero nunca explicaron al público cómo descifrar qué es el exceso de sodio, calorías, etcétera. Antes teníamos la tabla nutrimental que te explicaba qué porcentaje de cada sustancia tenía por porción y a cuánto equivalía, si era paquete completo o por pieza. La forma correcta de calcularlo es por cien gramos, que cuando pasan de esa cantidad les imprimen los sellos, pero la mayoría de los productos, en piezas individuales, como las galletas, no llegan a ese pesaje”, explicó la nutrióloga Karla.

6El fracaso del etiquetado sudamericano, ahora emulado en México

El fracaso de la Estrategia Nacional para la Prevención y el Control del Sobrepeso, la Obesidad y la Diabetes, implementada en todo el territorio mexicano en 2013, permitió la entrada en vigor, en 2015, una medida regulatoria que delimita a diversos productos alimenticios en el mercado para tener el SEFAB, conocido como “Guías Diarias de Alimentación” o GDA (las cuales están basadas en un sistema propuesto en Europa que ha sido objeto de distintas evaluaciones), que indican la cantidad y el porcentaje de grasa saturada, otras grasas, azúcares totales, sodio y energía (en kcal) por el contenido total del envase, y por porción; además, contienen la imprecisa leyenda “% de los nutrimentos diarios”.

Desde 2011, sin embargo, un grupo de investigadores del Instituto Nacional de Salud Pública (INSP) ha evaluado la comprensión de este sistema de etiquetado entre estudiantes universitarios de nutrición y encontrando que tienen gran dificultad para interpretar los datos contenidos en las etiquetas.

Por lo tanto, el primero de octubre del 2020, coincidiendo en que los mexicanos debían de cuidar su salud alimenticia, pues la pandemia del SARS COV - 2 se

encontraba en el punto más álgido, entró en vigor el nuevo etiquetado frontal de alimentos donde a partir de la fecha mencionada, en cualquier sitio donde se puedan adquirir alimentos, se observaron octágonos con leyendas de advertencia en los comestibles procesados.

Esta medida de precaución con sellos negros que alertan altas cantidades de grasas o azúcares que alguien está dispuesto a ingerir, emergió en Chile en el año 2016 y fue emulada en México, Perú, Israel y Uruguay.

Sin embargo, al no evaluar los resultados que este proyecto tuvo en su país inicial, el gobierno de México implementó un método que no funcionó desde su origen, ya que los ciudadanos chilenos no tuvieron cambios importantes en su alimentación y tampoco dejaron de adquirir alimentos procesados que contienen sellos de avisos.

Jaime Mañalich, ministro de salud en Chile reveló en el 2020 para el periódico de circulación nacional “El Mercurio” que el etiquetado frontal de alimentos en esa región no estaba rindiendo los resultados esperados; no sólo por el desinterés que este ha provocado en las personas, sino que destaca que antes de saturar los empaques de sellos, se tuvo que poner atención en la educación para combatir la obesidad. (Camargo, 2020)

Al mismo tiempo, el funcionario ha dicho que una de las consecuencias del fracaso de los sellos es que las marcas tuvieron que reformular sus comestibles, y que en el resultado el sabor no es igual, lo que lleva al consumidor a no comprarlo más, y exigirle a la marca regresar al origen de estos; *“hay un grupo de empresas que ha tratado de adaptarse a la nueva normativa reformulando sus productos, pero han fracasado comercialmente. No me extrañaría que esta tendencia de volver a los sellos sea algo que se acentuara”*, expresó.

El descontento del público que prefiere alimentos procesados ha sido de gran magnitud que las propias compañías han reconocido públicamente que la calidad

de sus productos es baja y que es la única manera en que un empaque puede estar libre de calificativos como “exceso de azúcares”. Esto es el caso de la empresa chilena *Soprole*, dedicada a la fabricación de productos lácteos, que en uno de sus anuncios del postre Manjarate, se dice la frase *“sabemos que no les gustó la nueva receta; era cosa de ver sus comentarios”*

De modo que las ventas de este corporativo se encontraban a la baja, los directivos de esta explicaron para los medios de comunicación de aquel país que la gente suplicaba porque fabricaran los lácteos con su fórmula original, responsabilizándose como personas con libre albedrío al elegir qué consumen. No importándoles los sellos, lo que el público deseaba era que en su mesa los alimentos contaran con la calidad que estaban acostumbrados, pues lo que compraban ya no sabía bien; por lo que la empresa regresó a elaborar sus comestibles con las recetas originales. *“Fue imposible llegar a una fórmula que a las personas les gustara, siendo ellas mismas las que nos pedían volver a la fórmula original”*, dijo la empresa *Soprole*.

Rodrigo Álvarez, presidente de Alimentos y Bebidas de Chile, afirmó que, *“debido a la naturaleza de ciertas categorías de alimentos, técnicamente cada vez se hace más complejo seguir reformulando el producto sin afectar la calidad y las características propias de este o su vida útil”*. (Camargo, 2020)

Por su parte, la nutricionista y exsecretaria ejecutiva del Programa en Chile Elige Vivir Sano, Teresa Boj, afirmó que *“hay productos en que no tiene sentido reformular; tienen que tener sellos y la gente tiene que saber que no son productos saludables. Pero eso no quiere decir que tengas que exterminarlo de tu vida o del mercado; el sello tiene que ser orientador de lo que es el producto, pero si la persona quiere comerse un postre rico, lo va a hacer de todas formas. Obviamente, lo que hay que cuidar es que la gente lo haga de forma esporádica”*. (Camargo, 2020)

Según Mañalich, *“la gente se está haciendo un poco insensible al etiquetado. Eso, en parte, es porque los sellos son tan masivos, en el sentido de que tú vas al*

supermercado y todo tiene etiquetas, que ya no produce el efecto discriminador en el consumidor”.

Probablemente el etiquetado frontal crea en el espectador un efecto parecido cuando alguien observa algo que le causa terror, sorpresa o miedo; al principio la repercusión es excesiva y se muestra rechazo, pero después de que constantemente se enfrenta a él, provoca indiferencia y pasa desapercibido, por lo que la fórmula de que un sello negro cause remordimiento en el consumidor se desgasta cuando lo ve por todas partes en una tienda de autoservicio.

Con palabras propias del ministro de salud, el rendimiento de la ley llegó a su límite, haciéndola inútil e innecesaria, visto que las cifras de obesidad continúan en aumento; como lo declara el diario El País, diciendo que el país andino tiene un 75% de población con sobrepeso pese a la guerra contra la comida chatarra. (Agudo, 2022)

Aún con el pésimo desenlace del etiquetado chileno, el gobierno de México siguió el mismo camino que el país sudamericano y sin alguna campaña de educación acerca de la nueva forma de explicar la información nutrimental, el 1° de octubre del 2020 los alimentos procesados estaban atestados de octágonos negros.

Sin bases sólidas como spots en la televisión, la radio o las redes sociales, el gobierno actual creyó que cuando la población observa advertencias en la comida, simultáneamente los casos de diabetes iban a disminuir, no obstante, la International Diabetes Federation (IDF), se estima que 14 millones de adultos en México viven con diabetes, un aumento del 10% en los últimos dos años. (MedChannel, 2023)

Este 1° de octubre entra el vigor el nuevo etiquetado frontal de alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados

Esta herramienta es resultado del esfuerzo de un grupo de expertos que integraron evidencia científica para amparar políticas públicas en beneficio del bienestar y el derecho a la información.

Secretaría de Salud | 01 de octubre de 2020



El nuevo etiquetado es resultado del esfuerzo de un grupo de expertos que integraron evidencia científica para amparar políticas públicas que defienden el bienestar y el derecho a la información de las y los mexicanos.

5 Tomado de: Secretaría Salud Gobierno de México.
<https://www.gob.mx/salud/es/articulos/este-1-de-octubre-entra-el-vigor-el-nuevo-etiquetado-de-frontal-de-alimentos-y-bebidas-no-alcoholicas-preenvasados?idiom=es> Fecha: 21/06/22

ejercicio diario.

Marcela Rodríguez de 47 años, ama de casa capitalina, es la jefa de su hogar. Madre de cuatro hijos a los que diariamente les prepara de comer, así como la encargada de comprar todo lo necesario para surtir su despensa. Al cuestionarla sobre qué opina acerca del nuevo etiquetado de productos comentó que *“al principio no entendía muy bien, me llamó la atención ver cuadros negros en las cosas, te jala la mirada, pero qué puedo hacer, antes veía que atrás decía cuántas calorías y sal tenía, pero nunca les hice caso, ahora menos pues en mi familia estamos*

Los errores que prevalecieron en el lanzamiento de esta propuesta prevalecen en que no existe algún cartel que explique correctamente qué significan los sellos y palabras como edulcorantes, así como si esas advertencias se refieren a las porciones por paquete, pieza, mililitro, gramo, etcétera.

La única pancarta que está a disposición de la sociedad es la que se subió a la página de internet www.gob.mx/salud; ahí, en escasos seis párrafos se comenta vagamente sobre cómo se tomó la decisión del etiquetado frontal y la fecha en la que dio inicio, pero jamás tuvo lugar una campaña de nutrición, alimentación o de realización de

acostumbrados a comer comida corrida, si quito los frijoles, arroz y la carne porque supuestamente tienen sustancias dañinas, ¿qué les doy de comer?”

“Yo creo que nos tuvieron que haber avisado sobre esto, porque ¿qué es contenido energético? o ¿edulcorantes? Es muy tarde para que nos quieran enseñar a comer porque uno en su casa ya lleva su ritmo y no lo va a cambiar, además solo dice exceso, si una lata de frijoles dice exceso de sodio y me sirvo una cucharada ¿me hace daño? nadie nos explica”, resaltó Marcela.

En un estudio realizado por la profesora Maira Bes-Rastrollo de la Universidad de Navarra, en España, se siguió a 19.899 personas durante una década y se evaluó su dieta cada dos años. En ese periodo, se dieron 335 muertes. Por cada 10 muertes entre aquellos que comían menos alimentos ultra procesados, hubo 16 entre quienes más los consumían (más de cuatro porciones al día). Un segundo estudio, realizado por la profesora Mathilde Touvier, de la Universidad de París, siguió a 105.159 personas durante cinco años y también evaluó su dieta dos veces al año. (Gallagher, 2019)

Las tasas de enfermedad cardiovascular fueron de 277 por cada 100.000 personas por año entre quienes consumieron mayormente alimentos ultra procesados, en comparación con las 242 por cada 100.000 que registraron quienes los comieron menos. Esto mostró que aquellos que comían más alimentos de este tipo tenían peor salud en lo que se refiere al corazón.

Marcela, quien por su ritmo de vida se ve obligada a consumir alimentos previamente preparados declara que *"hasta ahora no nos ha pasado nada, pocas veces me he preocupado por mi peso, sé que estoy unos kilos arriba, pero de algo nos vamos a morir, ¿cómo me cuido? No me alcanza para ir a un nutriólogo o para ponerme a dieta; la comida es algo que honestamente no me interesa".*

La mujer, aseveró que *“si yo y mis hijos estamos gordos puede ser que de viejos nos afecte, pero ahorita no es momento de preocuparse por eso, desde niños han sido llenitos y así está bien, prefiero verlos así que desnutridos y flaquitos”*.

Lo exhibe el fracaso de los sellos a dos años de su implementación es que al seguir los mismos pasos de Chile, Argentina y El Salvador, no se pueden contemplar videos, spots o carteles que digan frases que alientan a mejorar la salud, pongamos por caso *“los niños deben de comer estas cantidades”*; *“los adultos mayores se ponen en riesgo cuando comen esto...”*; *“haz ejercicio y acude con un nutriólogo”*; *“acudir al dietista debería de ser un hábito”*; *“los niños gorditos no son sanos”*; *“la diabetes te puede matar”*; *“todos los alimentos son veneno en exceso”*; *“puedes comer azúcar o grasa con límite”*.

La maestra Anabell Serratos Medina, académica de la Licenciatura en Fisioterapia de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) manifestó por medio de la gaceta de la Facultad de Medicina en el 2018 que más de la mitad de los mexicanos no hace una actividad física. (Medina, 2018)

“Los niños ya están empezando a tener niveles de sedentarismo. El 70 por ciento no hace actividad física, aunque disminuye un poco en la adolescencia, porque tratan de verse bien”, aseguró Serratos Medina.

Marcela dice *“tengo hijos adolescentes y no los obligo a hacer ejercicio; es más, si les digo que se muevan fuera de sus actividades escolares se molestan conmigo, comentan que no tienen tiempo y que los deje en paz. Si algún día quisiera que bajaran de peso sería racionando su comida, pero se me partiría el corazón verlos con hambre”*.



6Tomado de: Historieteca. <http://www.historieteca.com.ar/Mafalda/maftiras2.htm> Fecha: 03/07/22

Como explica Anabell Serratos, una vida sedentaria puede derivar en obesidad, sobrepeso, fatiga y dolor (incluso al realizar actividades muy básicas de la vida diaria), y se convierte en una “bola de nieve”, ya que las personas evitan hacer actividades extra por cansancio.

“Cuando no se le exige tanto al cuerpo, cae en un estado de aletargamiento y tarda mucho en reaccionar, ya no se adapta al esfuerzo que tendría que hacer cotidianamente”, afirmó la académica.

El sedentarismo es un mal que está aquejando a la humanidad, como un enemigo silencioso. Puede ocasionar alteraciones cardiovasculares y problemas articulares serios; hay debilidad muscular, se vuelven más lentos los reflejos, se perjudica el depósito de calcio en los huesos y se pueden tener alteraciones a nivel articular, entre otras.

El primero de octubre del 2020, en conferencia de prensa el presidente del Consejo Mexicano de la Industria de Productos de Consumo, Jaime Zabudovsky argumentó que este nuevo etiquetado es insuficiente y desorienta al consumidor.

“Para ciertos grupos de la población, para los grupos que la información alimentaria cuantitativa es fundamental como es el grupo de los diabéticos, los hipertensos y los hipoglucémicos nosotros tememos, ojalá estemos equivocados, que con este

etiquetado se pierde información y el consumidor no va a poder decidir con la suficiente información que es lo que está comprando”, sentenció el presidente del Consejo Mexicano de la Industria de Productos de Consumo. (Zabludovsky, 2020)

La maestra en Nutrición Aplicada y educadora en diabetes por la Asociación Mexicana de Diabetes, Rebeca Leyva expresó en conferencia de la Clínica *Kipers* que la concientización juega un papel fundamental en la enfermedad de la diabetes. *“Es un mito que la diabetes puede aparecer por un susto”.* (Leyva, 2020)

“La educación en diabetes es una estrategia que no solo atiende a personas que padecen la enfermedad, sino que busca informar y concientizar para prevenir tanto a las personas en riesgo, a los familiares de personas con esta enfermedad, como a la población en general”, dice Leyva.

“La población en general debe estar consciente que la diabetes es una enfermedad no transmisible que se desarrolla por factores relacionados al estilo de vida como el consumo de alimentos poco saludables e inactividad física, dos factores que son modificables”, explica la maestra.

Mario Navarrete, cajero de una tienda de conveniencia tiene 56 años, padece diabetes, tiene sobrepeso y cotidianamente debe de ir al nutriólogo para revisión médica y cuidado de su dieta. Desgraciadamente, por desinterés, falta de tiempo y dinero no lo hace, lo cual lo ha llevado a vivir bajo mucha presión y graves consecuencias en su organismo.

“El gobierno nos quiere espantar poniendo sellos en las papas o en todo lo que compramos, no va a funcionar porque toda la vida comimos como quisimos y no nos pasó nada; nuestras mamás nos daban lo que podían y debemos de estar agradecidos. Sí, estoy enfermo, soy diabético, pero fue por un susto, el dolor y mal en las piernas que tengo es por estar de pie todo el día en mi trabajo” sostiene Mario.

Mario interpreta la imposibilidad de cuidarse para un empleado, la falta de tiempo y poco alcance a la salud lo ha llevado a tener una alimentación pésima, *“con trabajo y alcanzo a comer, me preguntas si reviso las etiquetas y hasta risa me da, ya a esta edad no importa, de algo me iré a morir, ¿crees que voy a andar revisando si el pollo frito tiene mucha grasa? o si ¿el refresco que es mi vicio tiene azúcar? ¡Por favor! La tienda donde trabajo está dentro de una plaza, y supongamos que voy a cambiar mi vida a ser una persona que se cuida, ¿dónde compro frutas y verduras en mi hora de descanso? si en la plaza solo hay hamburguesa, pizza y fritangas”*.

Con asesoría de Cassandra Jiménez, médico general egresada de la UNAM, se analizó el caso de Mario con el fin de predecir consecuencias de personas que no entienden el nuevo etiquetado de productos y que para ellos pasa desapercibido.

“Mario desarrollará diabetes mellitus en los próximos diez años, pues el pan integral tiene el doble de calorías que el pan blanco, sumado a esto tiene el antecedente heredofamiliar, obesidad, muy mala alimentación, y esto perpetúa las alteraciones metabólicas del azúcar y la insulina”; sostiene Casandra.

“Mi hijo el mayor se preocupa por mí, me ha tratado de meter al ejercicio, que la verdad no es lo mío. Sí me ha hablado de las etiquetas, desde que las empezaron a poner a él lo impactaron, a partir de ese momento dejó de comprar yogurt, pan integral y jugos, sufrí mucho pues no puedo dejar el pan”, comenta Mario.

“Sumado a esto, los órganos vitales de Mario que están afectados por las alteraciones metabólicas como lo es comer exceso de azúcares y grasas son los riñones, los cuales son de los primeros órganos afectados durante la diabetes; el corazón también por el aumento al riesgo de infarto, a su vez el cerebro es propenso al riesgo de infarto cerebral, el cual tendrá una oclusión e infartos y el hígado graso, provocado por altas cantidades de grasas en el organismo”; asegura Casandra.

Para Mario y su familia, es difícil acostumbrarse al nuevo etiquetado, pues además de la desinformación y el poco interés, no saben lo que su cuerpo necesita, nunca han asistido a un nutriólogo y desconoce términos que se leen en el etiquetado frontal. *“No puedo ir a un nutriólogo porque no tengo dinero, con mi sueldo no me alcanza, y mi seguro no cubre eso, aunque estoy enfermo y me dicen que tengo que ir, ¿con qué? Me compro mi lata de frijoles los domingos y dice exceso de sodio, en mi descanso voy por papitas de queso y dice edulcorantes, ¿eso me hace daño?”*

En una encuesta aplicada a 51 personas residentes en la Ciudad de México, dividida en rangos de edad de 18 a 29 años, 30 a 49 y 50 a 60 años, de 17 personas por sector, se les cuestionó acerca de cómo perciben el etiquetado frontal de alimentos procesados. Entre las preguntas se planteaba la situación donde al momento de acudir al supermercado o a la tienda de abarrotes y observar en los alimentos procesados sellos con leyendas de advertencia como "exceso de grasa" "exceso de edulcorantes".

Entre las opciones a elegir se encontraban: evito consumirlos y solamente compro los alimentos que estén libres de sellos; Me es indiferente e ignoro la cantidad de sellos que poseen los alimentos procesados y me provoca inquietud, pero aun así adquiero alimentos procesados con sellos en su empaque.

Al acudir al supermercado o a la tienda de abarrotes y observar en los alimentos procesados sellos con leyendas de advertencia como "exceso de grasa" "exceso de edulcorantes", etcétera, yo:

17 respuestas



Gráfica 1

A pesar de que la estrategia del etiquetado frontal en los alimentos procesados fue ejecutada desde el 2020, al 82.4% de las personas entrevistadas del rango de edad de 18 a 29 años (ver gráfica No.1) no les interesa la cantidad de sellos que estos poseen, así como a las de 30 a 49 con 70.6% y 50 a 60 años con 51.6%.

Por lo que los octágonos negros no generaron cambios de hábitos al momento de adquirir su comestibles en el supermercado.

Cuando se les preguntó si conocían el significado de las palabras edulcorante, trans, saturada, sodio y caloría, las respuestas que obtuvieron mayor aprobación fueron sodio y caloría, donde en cada grupo de edad, más de diez personas sabían a qué se referían estas sustancias.

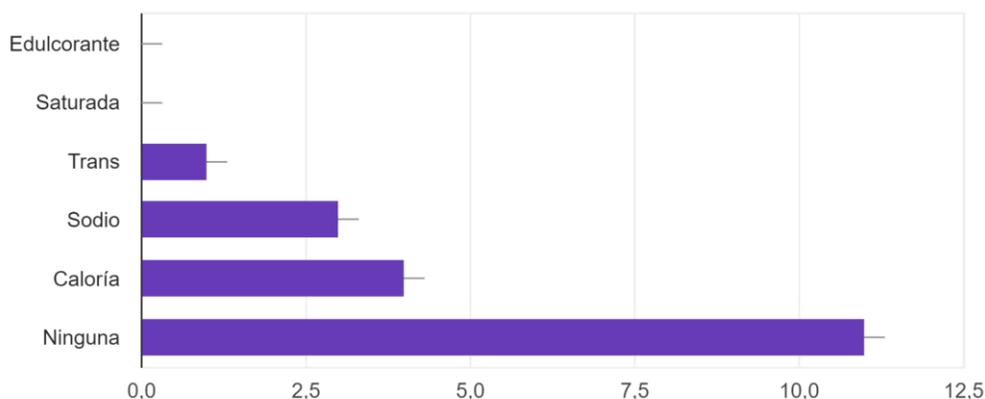
No obstante, las otras respuestas, que son los nombres de las etiquetas que tienen los alimentos procesados, no tuvieron aceptación entre los entrevistados, los cuales, por ejemplo, en el grupo de 30 a 49 años solo uno de ellos conocía el significado de edulcorante.

En el grupo de 50 a 60 años, diez personas no conocían alguna de las opciones que se presentaron en la pregunta (ver gráfica No. 2).

Es decir, que en el universo de individuos encuestados la mayoría desconoce los términos de los elementos que componen su alimentación, pues son incapaces de leer el etiquetado frontal de alimentos procesados.

Conozco el significado de las palabras "edulcorante", "saturada", "trans", "sodio", "caloría" (puede marcar más de una opción)

17 respuestas



Gráfica 2

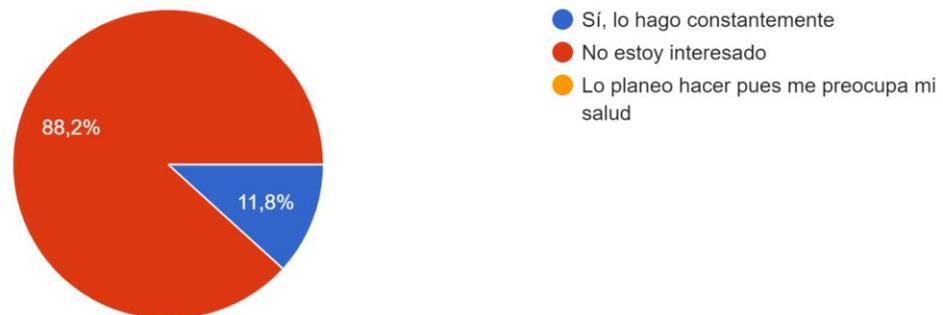
Por otra parte, existió la pregunta que reveló si las personas comenzaron a hacer ejercicio a partir de la implementación del etiquetado frontal de alimentos. En la contestación de esta, podían elegir si lo hacen constantemente, no les interesa o en un futuro lo planean hacer ya que les preocupa su salud.

En el grupo de 18 a 29 años predominó la respuesta que menciona el desinterés por realizar actividades físicas con 88.2% (ver gráfica No. 3), el de 30 a 49 con 76.5% y el de 50 a 60 con 52.9%.

Analizando los resultados, se llega a la conclusión que ni las advertencias en los alimentos procesados o la epidemia de diabetes que el país atraviesa, ha amedrentado a los consumidores, orillándolos al sedentarismo y las enfermedades que este conlleva.

¿Comenzó a realizar ejercicio a partir del etiquetado frontal en los alimentos procesados?

17 respuestas



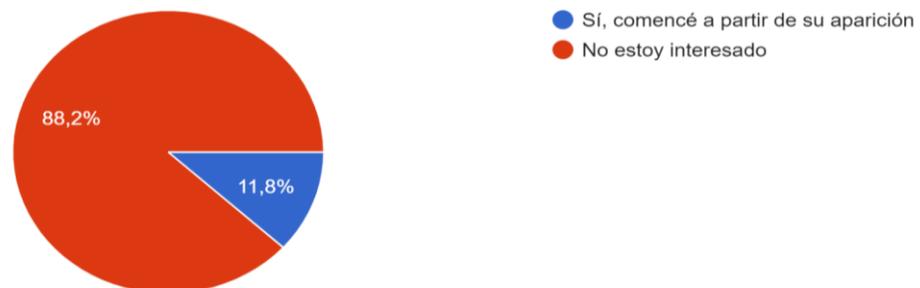
Gráfica 3

Siguiendo la misma tendencia, en la pregunta que enuncia si el encuestado tiene iniciativa por modificar sus hábitos alimenticios mientras más sellos aparezcan en los comestibles, predominó la respuesta en la que se desentiende de cualquier mejoría en la comida que se consume. Arrojando los resultados de 76.5% en el grupo de 30 a 49, 76.5% en el rango de 50 a 60 y 88.2 % en el de 18 a 29 (ver gráfica No. 4).

Dejando de lado la reacción de comer mejor a partir de la implementación del etiquetado frontal en los alimentos procesados.

¿Está dispuesto a cambiar su alimentación si cada vez los alimentos contienen más sellos de advertencia?

17 respuestas



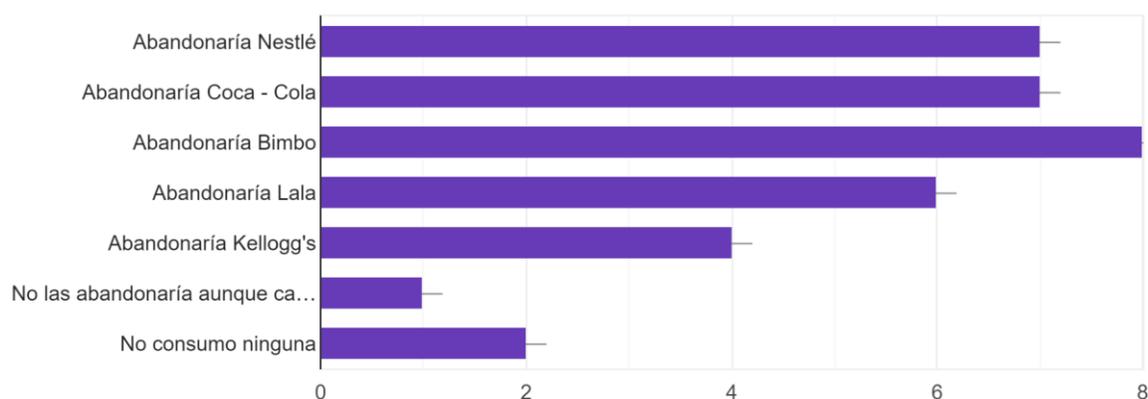
Gráfica 4

Al contrario de que los alarmantes octágonos produjeran en el individuo remordimiento por consumir peligrosas cantidades de azúcar, grasas o edulcorantes, la reacción de la sociedad es continuar con las costumbres de alimentación que recibieron desde niños, negándose a los cambios por una mejor calidad de vida.

Queriendo conocer la reacción de los grupos encuestados respecto a si seguirían consumiendo marcas de alimentos populares si estos cambiaran sus fórmulas y recetas por disminuir sus porciones de azúcar, sal o grasa, en el grupo de 18 a 29 años el resultado fue muy parecido a la corriente que se dio en Chile, donde la población decidió dejar de comprar sus marcas de preferencia porque creyeron que la calidad bajó, y exigieron un cambio a lo tradicional que estaban acostumbrados.

Los corporativos que resultaron más afectados fueron Bimbo, Nestlé y CocaCola, con alrededor 7 y 8 votos en las encuestas del sector de 18 a 29 años (ver gráfica No. 5)

¿Estaría dispuesto a abandonar su preferencia por alguna de las siguientes marcas a partir de que han reformulado sus recetas para disminuir la ca...calidad cambie? (puede marcar más de una opción)
17 respuestas



Gráfica 5

Al finalizar esta encuesta, se puede comprobar que el grueso de los habitantes sondeados de la Ciudad de México no están interesados en leer las etiquetas frontales o en cambiar sus hábitos alimenticios o de ejercicio, mostrando que después de dos años de su aparición, resultó un rotundo fracaso emular en nuestro país la idea sudamericana, pues los resultados han sido fatídicos.

7¿Los “parches negros” salvarán a los niños de la desnutrición?

Desde su origen en Sudamérica, se predijo que el etiquetado frontal de alimentos procesados sería la herramienta perfecta para que los padres y las madres de familia conocieran qué comestibles son sanos para sus hijos, pues sus progenitores se encuentran a merced de jugos altos en azúcares, panes con exceso de calorías y golosinas repletas de sal.

La página de internet unicef.org - “para cada infancia”; portal que se dedica a velar por el bienestar de los infantes del mundo, propone que la causa más profunda de la inadecuada alimentación es la presencia de un ambiente obesogénico en el que viven niñas, niños y adolescentes diariamente, donde hay una oferta omnipresente de productos alimenticios no saludables sumada a una excesiva y a veces agresiva publicidad y promoción de bebidas y alimentos no saludables, en contraste con la falta de información y educación nutricional adecuada. (Unicef, Para cada infancia, 2021)

Conforme a la organización, es muy importante contar con un etiquetado frontal para alimentos en los empaques pequeños, los cuales son generalmente consumidos por niños los cuales incluyeron mini octágonos con números, que indican en cuántos ingredientes críticos excede cada producto.

Asimismo, a partir de abril del 2021 los productos que contienen sellos en su etiqueta dejaron de incluir elementos que atraigan a las niñas, niños y adolescentes protegiéndolos de estas estrategias de persuasión.

Sin embargo, al contrario de lo que la institución asegura, en ninguno de los países en los que se han incluido sellos en los empaques pequeños, que supuestamente son para que los infantes los comprendan, se ha visto una disminución en la compra de alimentos procesados ni bajas en los índices de obesidad a temprana edad.

Lo que los funcionarios de gobierno no han entendido es que el problema de nutrición infantil no radica en la cantidad de muñequitos y superhéroes que aparecen en los envases, sino en que los padres no conocen las cantidades específicas de grasa, sodio y calorías que un menor debe consumir, pues no existe un empleado gubernamental al que se le haya ocurrido difundir en los medios de comunicación o en los centros de salud cuánto jugo debe darle un papá a su hijo o qué cantidad de fruta puede consumir un infante de 10 años.

Además, se olvidaron de que un porcentaje de la población infantil no come erróneamente gracias al capricho o desinterés de los padres, sino por la pobreza; ya que acuerdo con el Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (CONEVAL), en el año 2020, el 22.5% de la población nacional se encontraba en condición de vulnerabilidad por carencia de acceso a la alimentación nutritiva y de calidad. Este porcentaje implica una cifra de 28.6 millones de personas, la cual es mayor en 1.1 millones respecto de los 27.5 millones que fueron estimados en el año 2018. (CONEVAL, 2021)

Como es el caso, fue preferible enfocarse en lo fácil y llenar de parches negros los envases de los alimentos procesados en lugar de resolver el problema de pobreza.

¿Qué hará un niño de la sierra de Puebla que no tiene acceso a abundante comida?; después de que los alimentos procesados que se comercializan en las zonas urbanas dicen exceso de sodio ¿La salud del menor se transformará favorablemente?

¿De qué sirven parches en forma de octágono que digan “3 sellos”? Los pobres, por los que supuestamente el actual gobierno vela, es probable que jamás compren tostadas Sanísimo o galletas MacMa. Pero tampoco comerán diariamente pollo, carne y pescado; ellos no pueden elegir qué es bueno o malo para su salud.

La utopía de implantar a la fuerza un etiquetado inútil en un país que se muere de hambre, solo funcionó para que organizaciones como la Unicef que aparentemente cuida a los más pobres, halagara a los presidentes que se atrevieron a desafiar a las marcas de alimentos procesados; importándoles poco la fracción de la sociedad que no quieren ver, es decir los que viven en la pobreza extrema.

Más allá de la obesidad, que también es un signo de la desnutrición, pues conlleva la anemia, es decir, ausencia de nutrientes en la sangre; la solución para que la sociedad construya y mantenga una cultura de salud nutrimental, radica en que el cien por ciento de los infantes mexicanos cuenten diariamente con comida balanceada en sus mesas. Según cifras que revela la Unicef, en México, 1 de cada 8 niños menores de 5 años presentan una talla baja (moderada o severa) para su edad.

La deficiencia de una dieta benéfica, variada y nutritiva está asociada con más de la mitad de las muertes de niños en todo el mundo. Cuando estos presentan deficiencias en su manera de comer, son más propensos a morir por enfermedades y presentar retraso en el crecimiento durante el resto de su vida. No es necesario un grado avanzado de anemia para sufrir consecuencias graves; tres cuartas partes de los niños que mueren por causas relacionadas están sólo ligera o moderadamente desnutridos.

Los niños, niñas y adolescentes de los estados del sur de México tienen el doble de probabilidades de tener bajo peso o talla para su edad, como consecuencia de la desnutrición crónica, que los que viven en el norte. Esta diferencia también se presenta al comparar las zonas rurales con las urbanas. Los hogares de bajos

recursos y los hogares indígenas, sin importar el estado en el que se encuentren, son los más propensos a la desnutrición infantil.

Expuesto lo anterior, es contradictorio que la Unicef, institución que en innumerables ocasiones ha aplaudido y felicitado al gobierno de México por poner en marcha un etiquetado fallido desde su nacimiento, presente cifras que muestran como vulnerables a los habitantes de las zonas rurales. El etiquetado frontal de alimentos procesados discrimina a los oriundos de esas localidades, porque a ellos ¿les importa si el tigre Toño dejó de aparecer en el empaque de Zucaritas? cuando en muchas de las comunidades pobres no hay ingresos para comprar carnes rojas o lácteos.

A los niños chiapanecos, originarios del estado más pobre del país, ¿les afecta que la CocaCola cuente con mucha cafeína? si algunos de estos infantes tienen que caminar más de una hora por una cubeta de agua.

Dicho lo anterior, las organizaciones que “cuidan” a los pobres ¿en verdad serían capaces de ensuciarse las manos para resolver los conflictos masivos? ¿o solo se vanaglorian de ser empáticos detrás de una pantalla?

Enfocando el tema tratado a la población de la Ciudad de México, la cifra de personas que no tienen acceso a la alimentación nutritiva y de calidad aumentó 250,000 en dos años, cifra que va de la mano con los bajos ingresos que la población percibe. Demostrando lo anterior, se comprueba que los mexicanos no tienen una buena dieta por la incapacidad de elección en un supermercado, más bien por la falta de dinero en su bolsa.



Líneas de pobreza por ingresos (miles de personas)	
2018	585.2
2020	1,089.2
2018	3,547.5
2020	4,043.9



Carencias sociales (miles de personas)



CONeVAL Lo que se mide se puede mejorar

f t i y w

7Tomado de: CONEVAL.
https://www.coneval.org.mx/Medicion/Paginas/Hacia_la_medicion_de_pobreza_2020.aspx Fecha: 10/08/22

El cambio en la forma de alimentarse no verá resultados favorables a corto plazo debido a que las marcas que se han dispuesto a modificar sus cantidades de grasa y sodio en sus fórmulas han tenido que aumentar sus precios; además, durante la primera quincena del sexto mes del 2022, la tasa de inflación fue de 7.88%, estado que coloca al consumidor en una posición muy inconveniente al momento de comer.

Si un alimento procesado requiere de mayor calidad en sus porciones nutrimentales, este requiere de mayor inversión, manufactura y tiempo de fabricación. Esta transformación lleva a que los comestibles para prepararlo sean más costosos y cuando es expuesto a su venta al público, su precio sube aún más por el Impuesto sobre el Valor Añadido (IVA). Aunado a esto, en el apartado anterior se verificó que los consumidores de todos los rangos de edad no están interesados en lo que diga el etiquetado frontal, por lo que lo más adquirido en las tiendas de abarrotes y supermercados son alimentos ricos en grasas, calorías, sodio, cafeína y edulcorantes.

La información anteriormente mencionada se puede constatar con el testimonio de Estela Estrada, cajera de una tienda de conveniencia y madre de dos hijas de diez y quince años. Su salario es el mínimo establecido por la ley, es decir 172.87 pesos, que al mes son \$5,255. La mujer considera que alimenta correctamente a sus hijas, pues ingieren tres comidas diarias y de vez en cuando una golosina como postre. Asimismo, todo lo que consume lo adquiere en Bodega Aurrera, puesto que cree que es una tienda de autoservicio económica.

Para Estela, los octágonos negros que aparecieron desde el 2020 no sirven de mucho porque con el salario que percibe solo le alcanza para lo esencial y económico, no importándole cuántas advertencias contengan los empaques. Cuando compra leche o yogurt, solamente decide qué marca adquirir conforme al precio que cuestan. *“Hay gente que se casa con una marca y no la sacas de ahí, yo soy práctica y si hay una diferencia de un peso agarro el más barato; no me alcanza para comprar leche selecta, qué más quisiera porque la he probado y es más rica que la Nutrileche o la de marca Aurrera, pero si lo llegara a hacer sería lo único que comeríamos en el día porque tengo otros gastos como la renta y pasajes todos los días”,* comentó.

Analizando el dicho de Estela, la nutrióloga Karla Hernández advierte las consecuencias de no atender en primera instancia la pobreza y desnutrición de cada mexicano, y el riesgo de haberse saltado a pasos posteriores como la ejecución del etiquetado frontal. El bajo poder adquisitivo de la población económicamente activa lleva a consumir alimentos poco nutritivos, que aunado con la desinformación acerca de qué elementos nutrimentales contienen, es algo que trae como consecuencia malos hábitos alimenticios; situación que el gobierno pasó por alto y creyó que el cien por ciento de los consumidores pueden elegir sin preocupación entre un abanico de opciones de alimentos procesados.

A decir de la nutrióloga Karla, es peligroso elegir lo más barato porque en ocasiones las leches no son lo que aparentan, solo son sustitutos lácteos que no nutren. *“En*

lo que va de este año, los alimentos han aumentado su precio y lleva a que tengamos una alimentación más pobre porque las personas se dedican a llenarse y no a nutrirse. La Nutrileche que consume Estela es malísima y cometemos el error de decirle leche cuando no lo es, son alimentos ‘fabricados’ a partir de componentes de la leche, pero que contienen menos proteínas y por lo tanto son menos nutritivos y suelen ser más baratos para el fabricante”, recalcó.

Como lo señala un estudio realizado por la Profeco, la fórmula láctea es elaborada a partir de ingredientes de la leche (caseína, grasa, lactosueros y agua para consumo humano). El producto lácteo combinado se hace a partir de sólidos lácteos u otros ingredientes que no proceden de la leche. Los productos lácteos combinados con grasa vegetal y vitaminas pueden tener un mínimo de 22% de proteína de la leche, de la cual, el 80% de caseína puede contener grasas de origen vegetal. (Financiero, 2022)

La misma institución, analizó en el 2019 las marcas Alpura Clásica, NIDO, Alpura Semi, Frania, Alpura deslactosada, Liconsa, Alpura kids, Arla ABC Kids, Nestlé Nutri Rindes, Nutri Leche, Svelty, Aurrera, Golden Hills, Frania Nutri+, Svelty Total Digest, Svelty Total Move, Nestlé Nido Forti Grow, Lactum Kinder, Forti leche y Carnation Clavel.

Los resultados del estudio revelaron que los productos lácteos de la marca Golden Hills, Aurrera, Nutrileche y Frania, no cumplían con el mínimo de proteína ni de caseína que la norma establece.

Como lo subraya la nutrióloga Karla, el gobierno de México no se dio cuenta del poco presupuesto con el que cuentan las madres y los padres de familia para surtir su despensa, puesto que solo la intuición puede guiarlos al momento de alimentar a sus hijos. *“Lala, Nutrileche, Alpura y Liconsa son las marcas de lácteos que más compran los consumidores mexicanos, no porque su sabor sea rico, sino por ser baratas. Si sus empaques tienen tres o diez sellos no importa, porque si cada*

persona se dedicara a cuidar lo que compra sin cuidar los centavos, a la hora de la comida en las mesas solo habría un litro de leche Santa Clara que se tendrían que repartir entre todos los integrantes de la familia. El Gobierno empezó por el tercer paso saltándose el primero y el segundo, que eran educar a la población y combatir la pobreza respectivamente, es como tapar una tubería rota con un trozo de plastilina”. Revisen la diferencia de precio entre una leche sana como la Alpura Selecta y otra que es grasa vegetal, existe una diferencia de 6.6 pesos, que cualquiera está dispuesto a ahorrarse”, aseguró.



Producto Lacteo Combinado Nutri Entera 1 L

Leche entera

~~\$22.96~~

\$19.90

Gratis con 230 Puntos

Agregar

8Tomado de: Bodega Aurrera.

<https://despensa.bodegaurrera.com.mx/p/producto-lacteo-combinado-nutri-entera-1-5-l>. Fecha: 4/09/22

“Lo que pasará con Estela será que su cuerpo se llenará de carbohidratos y grasas vegetales, que provocan aumento de peso y no son nutritivas. Además de las altas cantidades de azúcar que están ingiriendo, y si beben leche en el día y en la noche es peor, porque son más calorías de las que un atleta necesita, pero se tienen que adaptar a lo que pueden comprar, haciendo fracasar las etiquetas negras a las que nadie presta atención”, recalcó Karla.



Leche Alpura Selecta Entera 1L

Leche entera

\$26.50

Gratis con 230 Puntos

Agregar

9Tomado de: Bodega Aurrera.

<https://despensa.bodegaurrera.com.mx/p/leche-alpura-selecta-entera-1-l-00750105590503>. Fecha: 4/09/22

A Estela se le informó acerca de la peligrosidad de los productos que consume, pero su actitud fue de poca preocupación, poniendo como excusa que si tuviera un mejor sueldo compraría alimentos procesados que saben mejor o que los nutrientes son mayores, pero eso es imposible con sus ganancias monetarias. *“Quisiera comer diario cereales con frutas o leche de almendras, pero no me alcanza; yo de niña nunca comí cosas rebuscadas como lo que ahora está de moda y estoy sana, soy medio llenita pero no me duele nada, me hice un estudio hace dos años y no tengo diabetes ni cáncer; algún día me tiene que doler algo, pero es normal, mientras haya de comer en la mesa si engorda o no por lo menos llena”*, reveló.

Como resultado de la ideología nutricional de Estela, la nutrióloga Karla enfatiza que es erróneo pensar que el cuerpo humano no pagará las consecuencias de la mala alimentación, pero al mismo tiempo justifica a la ama de casa, pues es difícil adaptar una dieta de productos procesados con pocos sellos a un bajo presupuesto.

“El típico pensamiento de que de algo me he de morir ha costado muchísimas vidas, incluso dañar la reputación de los nutriólogos y médicos diciendo que nosotros matamos a la gente en los hospitales. Es cuestión de ambas partes, el gobierno no se ha preocupado por educar a la sociedad, pero todos sabemos qué es bueno y qué es malo comer, pero en la balanza quien pierde es el ciudadano común, cuando las cosas están más caras, por ende, se le orilla a comer lo que está preparado con menos cuidado”, declaró la nutrióloga Karla.

Explicando más específicamente qué es lo que consume, Estela recalcó que en las mañanas es muy difícil que toda su familia se reúna a comer, por lo que preparan alimentos rápidos para comer en el trayecto hacia la escuela o trabajo, como emparedados con pan blanco o integral, pues cree que es sano y completo para el desayuno. *“Salimos muy temprano entre semana y procuro siempre tener en la despensa pan integral para sandwiches que preparamos para ir desayunando en el camino, es bueno para empezar el día, te llena y si lo acompañas con un licuado no te da hambre hasta la comida; esos panes no tienen tantos sellos entonces comerlo*

todos los días te hace bien, hasta para cenar te lo puedes volver a echar. También como te dije que me preocupo por el dinero, el blanco me cuesta 42 pesos y el integral 46, no se me hace caro para una semana, los compro salteados para variar el sabor”, dijo.

La nutrióloga Karla identifica los riesgos en el comportamiento de Estela al momento de desayunar, por lo que aconseja verificar las cantidades exactas de calorías y azúcares que contiene el pan integral, pues al haber eliminado el antiguo etiquetado que indicaba las porciones de calorías, se podrían estar consumiendo alimentos que parecen sanos, pero no lo son. Con el etiquetado frontal es difícil discernir entre las presentaciones del pan de caja, ya que tanto el blanco como el integral dicen exceso de azúcar y calorías, pero el que pareciera más inofensivo resultaría el más peligroso.

“Estela piensa que su alimentación se compensa combinando el pan blanco con el integral, y en algún momento de nuestra vida todos hemos creído que por ser integral es bajo en calorías, grasas y azúcares, pero, todo lo contrario. La ventaja que teníamos con el etiquetado convencional que aparecía en la parte trasera de los alimentos era que cualquier persona interesada podía comparar las porciones de las dos presentaciones, y darse cuenta de que el integral es superior en azúcares respecto al blanco. Hoy los dos tienen los mismos sellos, exceso de azúcares y calorías, pero ¿cuál es mejor? nadie lo sabe, y comemos el integral por fit”, planteó la nutrióloga.

En suma a lo anterior, la nutricionista defiende la postura de que el etiquetado frontal de alimentos procesados tendrá un proceso dificultoso si los comestibles que menos contienen octágonos son costosos, pues en definitiva a la sociedad podría no importarle qué le hace daño, sino qué es más barato. Por otra parte, aunque existiera la intención de cuidarse, resultaría trabajoso con la inflación, la crisis económica y los bajos salarios que el grueso de la sociedad mexicana percibe.

“En su presentación blanco regular, el pan de caja Bimbo tiene 118 calorías por dos piezas, a comparación de la integral que por el mismo gramaje cuenta con 146 calorías. Esto lo sabemos los nutriólogos, pero todas las demás personas no creen que lo integral es sano, pero cuando se pusieron los sellos el gobierno nunca salió a desmentir los mitos sobre algunos alimentos, que aunque se anuncien como sanos no necesariamente tienen menos calorías”, comentó.

“Si fuéramos estrictos para regirnos por el etiquetado frontal, lo que Estela debería de hacer es adquirir el pan Cero cero Bimbo, esa versión del pan de caja no contiene sellos y es bajo en azúcar y calorías. No obstante Estela se vería muy afectada en su salario porque es muy caro; su presentación de 680 gramos cuesta \$56.50, excesivamente alto en comparación con el blanco que tiene un precio de \$42 o con el integral que vale \$48.50. Con esos precios, que solo con comprar ese pan abarcaría un 40% de su salario diario ¿cómo la gente va a interesarse por un etiquetado que pretende ser en pro de la salud? El consumidor desea la practicidad, lo barato y que tenga un rico sabor, al momento de toparse en el supermercado con las tres presentaciones no le interesa cuál va a engordar menos, sino el que afecte menos su bolsillo”, sostuvo la nutricionista.

De forma semejante, Estela desglosó el resto de sus hábitos alimenticios, recalcando que la practicidad y lo sabroso rige sus decisiones. Asimismo, verbalizó que mientras alguna autoridad no exponga los riesgos del jugo empaquetado, continuará siendo un producto que exista en su despensa.

“A mis hijos siempre les di de lunch para la escuela jugos de naranja que fácilmente compro en el super cada fin de semana; se los voy a seguir dando porque son baratos, incluso de menos precio que una botella de agua. Si tienen etiquetas tal vez sean pocas porque son de naranja y pulpa natural, sería malo que les diera Coca para desayunar; además no he visto ningún comercial en la tele en el que el gobierno diga que los Jumex o los Del Valle son malos para los niños, mis hijos son muy contentos pues están dulcesitos y además los nutre”, indicó Estela.

“Estela comete un grave error cuando minimiza las etiquetas que contiene Jumex o Del Valle, porque no sabe que tomar esos líquidos es más perjudicial que beber Coca - Cola. En su presentación de 300 mililitros un refresco de cola contiene 156 calorías, en comparación del jugo Del Valle que tiene 202 calorías; pero volvemos a plantear el escenario del supermercado, la persona se va a topar con el jugo que cuesta \$9.50 y con el agua Bonafont que vale \$14; la última es más cara porque, aunque es agua, en el último año mejoró su proceso de fabricación y derivó en un aumento de su costo. Entonces Estela y muchas personas más obtendrán lo más barato, pues lastimosamente mientras una marca más se preocupe por su calidad, tendrá que ser más cara, haciendo fracasar al etiquetado”, enunció la nutricionista.

Inmediatamente cuando se le explicó a Estela que muchos de los alimentos procesados que consumo han sido severamente juzgados como dañinos para la salud por su exceso de grasas, calorías, cafeína, interrumpió con el argumento que ella no puede adivinar todos los componentes que un alimento posee, pues jamás visualizó en los medios de comunicación campañas para su información.

“No soy adivina para saber qué es bueno o malo, si me dices que un juguito hace daño no te creo, ya hubiera salido en redes sociales alguien del gobierno a decir que los van a prohibir; hay que comer de todo. He visto compañeros de mis hijos de en sus loncheras solo llevan un pan, fruta y agua, siento feo porque pienso que los están matando de hambre y si no se alimentan no van a rendir todo el día, a mis hijos les mando hasta sus Chokis de postrecito, además es lo más barato que uno puede comprar para consentirlos”, aseveró.

Aunque la nutrióloga Karla cuenta con el conocimiento de las porciones de azúcar y calorías que contienen los alimentos procesados y ha refutado el testimonio de Estela en cuestión de su alimentación, logró tener empatía con la ama de casa, pues es consciente que jamás dañaría a sus seres queridos, pero la ignorancia en cuanto a qué se ingiere es un lastre muy pesado con el que la sociedad mexicana

tendrá que cargar, pues se dejó a la deriva al consumidor pensando que se educaría con octágonos negros en todo lo que come.

“Me pongo en su lugar y sé que lo que compra para su familia lo hace con todo el cariño, pero la realidad es que no está bien y su presupuesto es bastante corto. Suponiendo que hace el mayor esfuerzo por comprar lo que la voz del pueblo dice que es sano, una caja de un kilo de galletas Taifelds que durante años los entrenadores recomendaron, cuesta \$280, imposible adquirirlo. Para Estela es más sencillo comprar una caja de Chokis que vale \$29.90 con 285 gramos, si lo aumentamos a un kilo gastaría \$119.60; algo más cómodo y económico. Además, las supuestas galletas fit y doble cero también tienen sellos y los mismos azúcares que las de chocolate. Entonces la persona se encierra en un callejón donde ya no sabe ni qué comprar ni qué es bueno o malo por la nula educación de las autoridades. Una vez más el etiquetado es ignorado logrando cero repercusión en la sociedad”, sostuvo la nutrióloga.



¹⁰Tomado de: Secretaría de salud Gobierno de México.
<https://www.gob.mx/salud/es/articulos/este-1-de-octubre-entra-el-vigor-el-nuevo-etiquetado-frontal-de-alimentos-y-bebidas-no-alcoholicas-preenvasados?idiom=es> Fecha: 15/10/22

Aunado al programa del etiquetado frontal, se aplicó para los alimentos procesados miniatura una advertencia donde solamente aparece el octágono con el número de sellos que el comestible incluye, debido a que resultaría difícil cubrir todo el producto de estampillas negras. Los productos pequeños cuyo tamaño sea menor o igual a 40 cm² presentan “mini-sellos” que indican el número de ingredientes críticos que contienen y afectan la salud. El reglamento del etiquetado frontal se complementó con la prohibición de personajes y dibujos animados en los

alimentos procesados que contengan altas cantidades de sustancias nocivas para la salud.

También incluye 2 leyendas precautorias sobre contenido de cafeína y edulcorantes, no recomendables para consumo en niños.



Conviene subrayar que, durante el 2022, persisten en algunas entidades mexicanas alimentos sin sellos miniatura; así lo dio a conocer el periódico chihuahuense *El Diario Mx*, quien reveló que a dos años de NOM-051, incumplen empresas con etiquetado frontal obligatorio en productos preenvasados. (González, 2022)

11 Tomado de: Secretaría de Salud Gobierno de México.
<https://www.gob.mx/promosalud/acciones-y-programas/etiquetado-de-alimentos> Fecha: 17/10/22

En un recorrido que El Diario Mx llevó a cabo por tiendas, se constató que todavía hay productos alimenticios sin mini etiquetas, principalmente en jugos y dulces, así como algunos artículos de importación que venden en los supermercados.

Desde leches de sabores hasta alimentos envasados, como frutas en almíbar, muchos productos carecen de este tipo de distintivos.

Entre las marcas que se observó no cuentan con etiquetas preventivas están Santa Clara, que tiene una línea de leches saborizadas; *food club*, con frutas en almíbar; Natura, con concentrados de jugos de piña, y *Acuafrut*, también con bebidas azucaradas.

A pesar de las estrictas medidas nutricionales para los alimentos procesados que el gobierno presume, no ha sido cabalmente vigilada en todos los comercios que

venden comestibles que pueden contener altos niveles de azúcares, grasas y edulcorantes, sustancias que son nocivas para la salud de los menores. Es por esto necesario acercarse a las madres y a los padres de familia, quienes son la población económicamente activa que adquiere los productos para sus hijos; dado que es importante señalar que lo que consumen los infantes lo deciden sus papás, no ellos mismos.

En concreto, la alimentación de los menores se debería cuidar minuciosamente porque son propensos a desarrollar enfermedades como la Diabetes mellitus tipo 1, la cual, según la Mayo Clinic, se desarrolla en la infancia y ocasiona que el páncreas no produzca insulina o muy poca. Esta es la más peligrosa y aumenta en gran medida el riesgo de tener varios problemas cardiovasculares, como enfermedad de las arterias coronarias con dolor de pecho (angina de pecho), ataque cardíaco, accidente cerebrovascular, estrechamiento de las arterias (ateroesclerosis) y presión arterial alta.

Mariana, es madre de Damián, un niño de trece años que padece Diabetes mellitus tipo 1. Dicha enfermedad le fue diagnosticada dos años atrás, y aunque su alimentación era balanceada y no presentaba que la enfermedad se le heredara por medio de sus padres o abuelos, comenzó a presentar síntomas como sed y fatiga prolongada, tras realizarle un estudio, comprobaron finalmente que padecía diabetes.

Mariana, quien adquiere todos los alimentos que el niño consume, explica que empatiza con las marcas de alimentos procesados que hacen caso omiso al etiquetado frontal, pues recalca que desde que se enteró que su hijo tiene ese padecimiento, vigila los empaques de los comestibles, y con octágonos negros que solo indican en número de sellos, es imposible conocer la carga nutrimental que un infante con una enfermedad de alto riesgo necesita. De esta manera, Mariana defiende y está de acuerdo con el etiquetado anterior, en el cual las empresas que

recurren a interpretar las porciones con números y porcentajes que explican cantidades por porción y gramaje.

“Así como muchos otros, mi hijo no puede comer cualquier cosa porque hasta una rebanada de pastel podría ser mortal. Cuando te dan la noticia de que tu hijo tiene diabetes te cae como cubeta de agua fría, porque además de asimilarlo tienes que cambiar todos los hábitos de la casa, no solo los de alimentación. Casi nadie lo hacía pero cuando tienes que calcular el gramaje de las calorías sacas tu calculadora y haces tus cuentas pero al final te terminas acostumbrando y te memorizas lo que el paciente necesita pero con este nuevo etiquetado es muy difícil saber qué darle a tu hijo, porque si no entiendes con eso de exceso, menos con algo que diga 2 o 3 sellos”, ejemplificó Mariana.

El portal médico *Kids for health* de la empresa *The Nemours Foundation* señala que las personas con diabetes deben prestar atención especial a los hidratos de carbono (o carbohidratos) porque elevan los niveles de azúcar en sangre. Después de comer, el cuerpo descompone los hidratos de carbono y los transforma en glucosa (azúcar). La glucosa entra en el torrente sanguíneo y hace que el nivel de azúcar se eleve. La insulina es una hormona que ayuda a que la glucosa entre en las células para que estas la puedan usar como energía. (Health, 2022)

Pero no todos los hidratos de carbono son iguales. Algunos alimentos que contienen hidratos de carbono son mejores que otros. Los alimentos de granos enteros, las frutas y las verduras son excelentes opciones porque tienen fibra, vitaminas y otros nutrientes. La fibra hace que la digestión y la absorción del azúcar sea más lenta y esto puede ayudar a mantener los niveles de azúcar en sangre dentro de un rango saludable. Las golosinas, los refrescos y los alimentos ultra procesados elevan los niveles de azúcar en sangre rápidamente porque se descomponen fácilmente y no contienen fibras para hacer más lento el proceso.

Una comida con un equilibrio de hidratos de carbono, proteínas y grasas saludables puede hacer más lenta la digestión, ayudar a sentirse lleno y dar una variedad de nutrientes importantes.

Mariana narra que es lógico que una persona con la condición de su hijo no pueda consumir refrescos o dulces, pero reclama que alimentos como algunas leches, panes o pastas también son peligrosos y nadie lo menciona, sólo se visibilizan hasta que una familia lo vive en carne propia. *“En todos los comerciales y rumores satanizan todos los refrescos y azúcar y ponen personas gordas que comen y comen y te dicen que la vida se soluciona evitando eso, pero cuando en casa tienes un paciente con diabetes entiendes que algunas leches son peligrosas, sopas o el yogurt. Después, cada que vas al super debes de estar anotando y comparando las calorías que necesita tu hijo porque algunas cosas que comprábamos son peligrosas y no lo sabíamos, casi todo lo que llevo en mi carrito es bajo en azúcar y alto en fibra”*, afirmó.

Aprender a contar los hidratos de carbono es una habilidad sumamente útil, en especial si su hijo debe usar insulina con cada comida. Cuando se sabe cuántos carbohidratos contienen los alimentos que su hijo come, puede ajustar mucho mejor las dosis de insulina; de este modo lo declara el portal *Kids Health*.

Igualmente, los dietistas o nutricionistas son expertos en ayudar a los niños y adolescentes con diabetes a equilibrar los hidratos de carbono, las proteínas y las grasas. Estos profesionales pueden decir cuántos gramos de hidratos de carbono puede necesitar su hijo con las comidas y los tentempiés de acuerdo con su edad, su nivel de actividad física y sus preferencias alimenticias. Cuando se trabaja con el dietista o nutricionista certificado, se aprenden habilidades prácticas como las siguientes:

- Contar la cantidad de hidratos de carbono presentes en los alimentos que come su hijo.
- Leer las etiquetas de los alimentos.

- Calcular los hidratos de carbono de las recetas caseras.
- Usar recursos en línea o una aplicación (como Calorie King o MyFitnessPal) para buscar información sobre nutrición.
- Probar nuevas ideas de alimentos y tentempiés saludables.

Sarcásticamente, Mariana se ríe acerca de las recomendaciones que da a conocer el portal médico, porque relata que es imposible llevarlas a cabo con un etiquetado frontal que muestra leyendas vagas, u octágonos con el número de sellos que los alimentos procesados contienen. *“Me da risa lo que me dices y hasta ternura que me enseñes lo que dicen las páginas porque es lo políticamente correcto y es mágico pensar que escribiendo eso ya se va a solucionar el problema, pero estoy segura de que ninguna de las personas que suben esa información se ha ido a parar al super a ver lo complicado que es descifrar los jeroglíficos que pusieron en la comida. Entiendan que no sirven, te pongo un ejemplo con el yogurt, tengo tres opciones y ninguna me dice cuál tiene menos azúcar, solo dicen 2 sellos; ¿Eso qué me dice? ¿Qué registro puedo llevar?, refutó.*



12 Tomado de: Chedraui.
<https://www.chedraui.com.mx/chiles-chipotles-la-costena-adobados-105g-3043340/p> Fecha: 31/10/22

“Se ve impresionante llegar a la tienda y ver todo con sellos, cualquier persona de fuera diría ¡qué buenos políticos tienen! pero la verdad es que los más afectados fueron los pacientes con diabetes u otras enfermedades y los que los cuidamos; porque a la gente que es sana le vale fijarse en el etiquetado. Ve y pregúntale a quien quieras y seguro compran esa comida tenga uno o mil sellos. No estoy diciendo que esté bien y claro que se pueden enfermar, pero de nada está sirviendo, solo se pusieron trabas a los que sí debemos hacer cuentas y llevar un registro.

Aunque mi hijo no puede comer la mayoría de las cosas que los niños comen como chocolates o jugos, es verdad que lo que con medida sí puede comer, tiene mini sellos, o sea comida que normalmente les llama la atención a los niños porque son cosas chiquitas. Está claro que a los adultos les vale si las cosas tienen muchos sellos, al final se los terminan comiendo, pues mucho menos a un niño le va a importar algo que diga 1 sello, porque ni siquiera sabe qué significa. ¿Algún día les dieron un curso a los niños sanos y a los que tienen diabetes para que les avisaran que los productos van a tener sellos? Claro que no; muchos niños se comen sus papitas y el mini sello pasa desapercibido; yo lo veo porque es mi necesidad llevar un registro, pero si no, me valdría”, comentó Mariana.

Debido a que los carbohidratos se descomponen en glucosa, son los que tienen mayor impacto en tu nivel de glucosa en la sangre. Para ayudar a controlar esos niveles de azúcar, es posible que se tenga que aprender a calcular la cantidad de carbohidratos que se está comiendo para que se pueda ajustar la dosis de insulina en consecuencia. Es importante llevar un registro de la cantidad de carbohidratos en cada comida o refrigerio; es lo que refiere la página de internet *Mayo Clinic*, sitio especializado en temas médicos.

Un nutricionista puede enseñar a medir las porciones de alimentos y convertir al paciente en un lector conocedor de las etiquetas de los alimentos. También puede enfatizar la importancia de prestar atención al tamaño de la porción y al contenido de carbohidratos.

Si se está tomando insulina, un nutricionista puede instituir el contar la cantidad de carbohidratos en cada comida o refrigerio y ajustar tu dosis de insulina en consecuencia. Asimismo, puede recomendar que se elijan alimentos específicos para ayudar a planificar las comidas y los refrigerios.

Algunas personas que tienen diabetes utilizan el índice glucémico para seleccionar alimentos, especialmente carbohidratos. Este método clasifica los alimentos que contienen carbohidratos según su efecto sobre los niveles de glucosa en sangre.

“Sí sé toda esa información que me dices, de hecho, uno se capacita cuando tienes a un niño con ese padecimiento porque la nutrición es básica para evitar problemas graves como infartos y amputaciones, incluso es constante que el refrigerador estén pegadas las tablas de la dieta por semana y los carbohidratos que el médico recomienda. Pero, no es posible hacer las tablas porque, por ejemplo, si vamos a una fiesta de niños, obviamente se le antoja lo que dan en su bolsa de dulces, pero si un duvalin dice 1 sello ¿cómo sé si se lo puedo dar a mi hijo? Antes te explicaban cuánta azúcar tenía por porción, ahora ese sello no me dice nada, entonces es una gran confusión porque ya no sabes qué darle”, enfatizó Mariana.

“Cuando se inyecta insulina es muy importante llevar el control de lo que se come, mis tablas ahora son casi al azar porque no sé las porciones de los empaques. Me enoja mucho que digan que con este etiquetado no se hacen operaciones matemáticas ¡Pues qué flojos! Para todo en la vida hay que hacer un esfuerzo, basta con una simple multiplicación, no se necesita ser matemático; es como si alguien se quisiera graduar sin hacer ningún examen, así es comer, necesitamos verificar lo que nos metemos al cuerpo porque de lo contrario nos enfermamos. Son excusas tontas, lo fácil no es el mejor camino, menos cuando se trata de la salud. Entiendan que hay que visibilizar que un paciente enfermo sí necesita esas operaciones, no sellos que discriminan toda la comida”; dijo.

A Mariana se le cuestionó si conoce las aplicaciones móviles que brindan ayuda a los pacientes con diabetes, porque en ellas es más sencillo llevar un control de los carbohidratos, azúcar y calorías necesarias para el paciente, en relación con las dosis de insulina que necesita. Su respuesta fue que, si las ha utilizado, pero se vuelven inservibles cuando no se tiene información acerca de las porciones que contienen los alimentos. *“Era de mucha ayuda esas apps porque las tablas se*

volvían digitales y te avisaba con alarmas cuando te tocaba la insulina y calculaba más fácil los carbohidratos y las demás cosas, pero dejaron de ser útiles con este etiquetado y los mini sellos porque ¿cómo calculas algo que no sabes su número real de gramaje? Y seguramente muchos me dirán pues no le des dulces a tu hijo, pero no toda la comida es eso, hasta una latita de chiles chipotles tiene sellos y eso es básico para cocinar en casa, si dijeran cuánta grasa y calorías tiene sabría qué cantidad ponerle al guisado, pero ¿1 sello en una latita qué información te da?, manifestó.

Para ampliar el universo de testimonios acerca de qué tanto repercuten los mini sellos en las personas, se realizó un experimento en el que a cuatro individuos se les mostró productos que se utilizan para realizar comida casera, todos con presentaciones pequeñas que emplean octágonos miniatura: lata de chipotles de 105 gramos con 1 sello, paquete de salchichas de seis piezas con 5 sellos, lata de puré de tomate de 210 gramos con 3 sellos, frasco de pepinillos de 225 gramos con 2 sellos y sazónador de pollo en presentación de dos cubos que muestran cuatro sellos.

Se les solicitó que eligieran los alimentos procesados que comprarían en el supermercado para cocinar lo que acostumbran en su casa. Por igual, se les preguntó por qué dicho producto es de su preferencia y si conocen el significado de los mini sellos que cada uno contiene; también si estos provocan alguna repercusión en sus decisiones.

REPERCUSIÓN DE LOS SELLOS MINIATURA EN LAS PERSONAS

PERSONA/ ALIMENTO						RESPUESTA
	1 SELLO X	5 SELLOS X	3 SELLOS X	2 SELLOS X	4 SELLOS X	"Me gusta cocinar con eso porque sabe rica la comida y es fácil, el sazón me ayuda porque ya no tengo que cocer pollo para sacar el caldo, licúo jitomates, le pico salchichas con chipotle y acabo mi comida en 20 minutos. Me valen los sellos, si acabo rápido la comida no los veo".
	X	X			X	"Lo más fácil es mandarle a los niños salchichas fritas de lunch; si me dices qué significan esos 6 sellos, a partir de mañana las dejo de comprar, pero te apuesto que ni tú sabes".
		X	X	X		"Los sellos no me interesan cuando el kilo de jitomate está a \$20 y la lata a \$7; no tengo dinero y además ya viene condimentado; nadie sabe qué tan malo es si esos sellos solo traen números".
	X	X	X		X	"¿Crees que alguien le hace caso a los sellos? A nadie le interesa cuando es más rápido hacer caldillo de chipotles de lata y le echas cubitos de pollo y queda riquísimo; cuidate en el gimnasio, no en la cocina".

16Elaboración propia

Cuando se obtuvieron los resultados del experimento, se pudo concluir que al igual que los octágonos convencionales que exponen con palabras los excesos de sustancias supuestamente nocivas para la salud, en su versión miniatura tampoco causan remordimiento en el consumidor, así como tendencias para mejorar sus hábitos alimenticios.

La razón general por la que las advertencias nutrimentales son ignoradas se debe a que es muy complicado descifrar su significado, porque no existe alguna explicación que otorgue adjetivos calificativos a los números "1 sello", "2 sellos",

etcétera. Para los entrevistados era difícil decir en qué grado un comestible se vuelve peligroso, pues desconocen qué sustancias son las que los sellos advierten como dañinas.

Por otra parte, entre los entrevistados la compra de los alimentos procesados con mayor número de sellos miniatura se debe a que son baratos en comparación con las presentaciones naturales; por ejemplo, una cajita de puré de tomate es más económica que los tomates convencionales. Así, el consumidor procura cuidar su economía y no su salud, ignorando los sellos miniatura que además carecen de explicaciones contundentes sobre la información nutrimental.

8Bebés, orillados a enfermarse gracias al etiquetado frontal

A partir de que la Secretaría de Salud determinó que todos los alimentos procesados altos en sustancias nocivas para la salud tendrían que contar con etiquetas frontales que alertaran su peligrosidad, se hizo énfasis que dichos productos no deberían estar al alcance de los niños, incluso se creó una etiqueta que advierte *“no recomendable en niños”*. Sin embargo, las leches de fórmula para bebés no están obligadas a imprimir en sus etiquetas sellos de advertencia, aun cuando organizaciones como la BBC han indicado que algunas leches de fórmula tienen el doble de azúcar por ración que un vaso de refresco.

La situación anteriormente descrita resalta la incongruencia de las autoridades al no preocuparse por la salud de los recién nacidos, olvidándose que es extremadamente peligroso alimentar erróneamente a los bebés, y que desde los primeros meses de vida es vital que sean nutridos con líquidos que no alteren su sistema inmunológico y digestivo; por el contrario, a corto plazo se presentarían padecimientos de sobrepeso y diabetes tipo 1. O es que, ¿los bebés son inmunes a las enfermedades mortales por lo que no requieren etiquetado frontal?

Los bebés no pueden elegir los alimentos que van a tomar, pero los padres sí y necesitan educación nutrimental.

La Organización del Poder del Consumidor, analizó en 2015 el etiquetado de los 20 productos más comercializados para bebés, en los que se encontraron concentraciones de azúcar del 14 al 100%, con un promedio general del 52%. Asimismo, se halló que la totalidad de estas fórmulas lácteas contienen el doble de sodio establecido en la norma oficial (tan sólo un frasco de los productos analizados cubre el 35% del requerimiento total para un lactante). Un alto consumo de sodio, además, ha sido asociado por numerosos estudios a la hipertensión en edades tempranas. (Consumidor, El Poder del Consumidor, 2015)

La Secretaría de Salud justifica la ausencia de sellos en alimentos procesados dirigidos a bebés porque este tipo de productos se dirigen a consumidores con necesidades especiales de nutrición y tienen especificaciones nutrimentales para el contenido de grasas, azúcares y sodio; es decir que, durante su elaboración, a las fórmulas lácteas infantiles se les añaden azúcares, grasas y sodio con el objetivo de imitar a la leche materna. (Consumidor, El Poder del Consumidor, 2015)

Por lo anterior, los criterios del perfil nutrimental de la NOM-051 para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados no aplican para bebidas como las fórmulas lácteas, pues los puntos de corte en los que se basa el perfil fueron obtenidos a partir de alimentos procesados y ultra procesados de uso general y no se incluyó a alimentos y bebidas para usos especiales, como los sucedáneos de la leche, los suplementos alimenticios y las bebidas alcohólicas.



14 Tomado de: Farmacias del Ahorro.
<https://www.fahorro.com/formula-para-lactantes-nan-2-optimal-pro-6-a-12-meses-760-g.html> Fecha: 5/11/22

De acuerdo con un análisis de la Profeco, se encontró que ciertas marcas (por ejemplo, Enfagrow, Enfamil, Nutramigen, SMA Comfort Gold) contienen azúcares en exceso, principalmente jarabe de maíz y glucosas, lo que conlleva a que los bebés se habitúen a sabores intensamente dulces y, por supuesto, que aumente su deseo por la fórmula. (Alimentaria, Alianza por la Salud Alimentaria, 2020)

Si se hiciera el ejercicio de aplicar los criterios nutrimentales de la NOM-051 a los sucedáneos de la leche materna, la mayoría recibiría los sellos de exceso de grasas saturadas y de grasas trans, mientras que una tercera parte de ellos mostrarían los sellos de exceso de

calorías y exceso de azúcares.

Para realizar una prueba de campo que pueda verificar si los padres de familia están interesados en velar por la salud de sus hijos, así como si consideran que las leches en polvo son necesarias en la alimentación de los recién nacidos, se entrevistó a dos mujeres que recientemente fueron madres, y que sus bebés se encuentran en la etapa de lactancia. Aquí anexamos el testimonio de dos de ellas que sirven como ejemplo de opinión contrastante en la encuesta.

Sonia, mamá de un bebé de 1 mes, destaca que es necesario que a los recién nacidos se les recete en su alimentación leche de fórmula. Ella explicó que su pediatra le recomendó darle a su hijo leche materna y si continúa con hambre, complementar con el polvo lácteo. *“Mi mamá nos dio fórmula cuando estábamos*

chiquitos, casi no nos daba pecho porque trabajaba y era muy complicado. Ahora que tengo a mi bebé me da más confianza darle fórmula porque se duerme rapidísimo y no se queda con hambre, entonces ya casi siempre se la preparo y cuando empieza a llorar se la doy; cosa que con el pecho no pasa, le tengo que dar mucho y de todos modos llora, por lo que el pediatra me dijo que le diera fórmula y era más sano para el niño”.

Al estudiar el caso anterior, la pediatra Belén Godínez determinó: *“La cultura de la alimentación nutricional es importante que se implemente desde la infancia, porque como en el caso que se está presentando se puede observar, que así como los padres son desidiosos, los pediatras pueden ser pésimos. A los bebés de 0 a 6 meses se les debe dar*



15 Tomado de: Diario de Yucatán.
<https://www.yucatan.com.mx/internacional/2022/2/19/retiran-marcas-de-leche-en-polvo-para-bebe-por-estar-contaminadas-300174.html> Fecha: 21/11/22

solamente leche materna, si no se siguen ciertas recomendaciones puede afectar a los bebés tanto en el desarrollo de alergias alimentarias como para que sean propensos al sobrepeso u obesidad; es vital no introducir ningún alimento derivado de las vacas como la leche, quesos, incluso el chocolate; más adelante de uno a dos años ya se debe ir introduciendo una buena alimentación, sólidos con la idea de que se enseñe a comer desde esa edad verduras, frutas, evitar refrescos y alimentos fritos, no comer azúcar, un papá que no come verduras tendrá hijos que no coman verduras”, recalcó.

La Organización Mundial de la Salud, en el apartado de nutrición, postula que la leche materna es la primera comida natural para los lactantes. Aporta toda la energía y los nutrientes que el niño necesita en sus primeros meses de vida, y sigue cubriendo la mitad o más de las necesidades nutricionales del niño durante el

segundo semestre de vida, y hasta un tercio durante el segundo año. (OMS, Lactancia Materna, 2020)

Una serie de organizaciones, como la Academia Americana de Pediatría (AAP) la Asociación Médica Estadounidense (AMA, por sus siglas en inglés), la Asociación Dietética Americana (ADA) y la Organización Mundial de la salud (OMS), recomiendan la lactancia materna como mejor opción para alimentar a un bebé. La lactancia materna ayuda a defenderse de las infecciones, a prevenir alergias y a proteger contra diversas afecciones crónicas. (Salud, 2020)

Los bebés amamantados contraen menos infecciones y son hospitalizados menos veces que los niños alimentados con leches infantiles. En la lactancia materna, los anticuerpos y otros factores que luchan contra los gérmenes pasan de la madre al bebé y refuerzan el sistema inmunitario del pequeño. Esto ayuda a reducir la incidencia de muchas infecciones, como las siguientes: las infecciones de oído, la diarrea, las infecciones respiratorias y la meningitis. La lactancia materna también protege a los bebés contra: el asma, la diabetes y la obesidad.

Siguiendo el mismo caso, a Sonia se le cuestionó si dejaría de alimentar a su bebé con fórmulas procesadas en caso de que el gobierno decidiera colocar sellos de advertencia alertando exceso de azúcares y calorías. Incrédula, la madre descartó ese escenario, pues si resultaran peligrosas, ningún pediatra las recetaría. *“No son malas porque siempre que voy a que chequen al bebé, en la sala de espera todas les están dando fórmula a sus hijos y no lloran; tampoco veo que el doctor las regañe por eso, entonces son muy buen alimento. Ya son varios años que la comida tiene etiquetas, ya sería momento de que cosas para bebés los tuvieran si los necesitaran. Los botes de leche hasta vienen por etapas, uno debe de dar gracias que cuiden esos detalles porque nuestros hijos se vuelven más sanos; no hay nada de malo en ellas, su etiqueta no lo dice, pues no me preocupo”,* dijo.

Belén, refuta la opinión de Sonia, con la intención de que cada vez sean menos padres y madres de familia los que repitan errores en los hábitos alimenticios de sus hijos. En primer lugar, recalca que para ser una buena madre se debe de estar informada en cuanto a los nutrientes que un recién nacido necesita, por otro lado, no se puede confiar en la desinformación que viaja de boca en boca o en las redes sociales. *“El error es cometido por ambas partes; es decir, el gobierno se regodea de advertir con enormes etiquetados frontales qué se debe de comer y qué es peligroso, pero a los bebés, que a temprana edad es peligroso que consuman altas cantidades de azúcar, los olvidó; también es inaudito cómo una madre se deja llevar por lo que ve o por lo que lee en cualquier red social, peor aun cuando en el 2022 muchas personas saben los errores del etiquetado frontal y que carece de veracidad por su ambigüedad. Si las fórmulas para bebés no tienen sellos se debe a que el gobierno lo consideró innecesario, pero si esta mujer se informara, entendería que está envenenando a su hijo”,* exclamó.

A Sonia se le platicó lo que la pediatra Belén opina acerca de su manera de alimentar a su bebé. Sin embargo, se negó a creer que el testimonio de la especialista fuera verdad, incluso argumentó que, aunque las latas de fórmula estuvieran obligadas a presentar sellos en sus etiquetas, las seguiría comprando para darle de comer a su hijo, contradiciéndose en su idea de una correcta salud alimenticia. *“Se me hace que lo que me dices no es verdad porque no son palabras de una doctora. La salud de mi hijo es lo primero y como te digo, aquí estamos bien vivos mis hermanos y yo y tenemos una vida normal, llenitos y fuertes; si las fórmulas tienen azúcar y calorías pues es obvio, todos lo necesitamos y por mí échenle más, que así mi hijo va a estar grandote. Los sellos ni dicen cuánta azúcar trae, dice exceso y ha de ser bien poquito, cansan con sus ideas de que todo debe de ser sano, uno no puede comer tantita grasa porque te acusan de mala madre esta bola de exagerados”,* mencionó.

De acuerdo con el Instituto nacional de Perinatología, algunos riesgos de la alimentación con leche de fórmula son el aumento de infecciones gastrointestinales

por mala preparación de la leche, empleo de agua no adecuada para consumo humano, deficiente higiene de los biberones y utensilios para su preparación. Esto ocasiona diarreas frecuentes y deshidratación que a largo plazo desencadenan un cuadro de desnutrición u otras complicaciones.

Sonia, continuó desacreditando la información que la pediatra Belén proporcionó para este trabajo porque no podía creer que a su hijo lo estuviera alimentando incorrectamente. Su desconocimiento ante el tema la llevó a confesar que sí está enterada de las altas porciones de azúcar que la leche de fórmula contiene, no obstante, se siente despreocupada de la situación.

“Ya me siento fastidiada de este tema, sí sé que la leche tiene azúcar, pero no me interesa, hasta que el gobierno no cambie, yo no voy a cambiar; primero que nos digan qué está mal darles a nuestros hijos, pero están ocupados y nunca te pueden dar una consulta, si no obligan a las marcas a mejorar lo que comemos, yo se la voy a seguir dando a mi bebé. Tenga sellos o no, para eso están los doctores, el día que nos enfermemos que nos atiendan pues para eso pagamos impuestos; además estoy segura de que eso no va a pasar, todas las mamás sabemos que las leches tienen azúcar, no somos tontas, pero no pasa nada, llenen de sellos lo que quieran, las vamos a seguir comprando”, finalizó Sonia.

Una investigación realizada por la *BBC News*, halló que algunas leches de fórmula tienen el doble de azúcar por ración que un vaso de refresco. Pero lo más sorprendente es el hecho de que existen muy pocas regulaciones para controlar el contenido de azúcar y garantizar que los consumidores estén bien informados.

Demasiada comida dulce puede provocar obesidad, diabetes tipo 2 y enfermedades dentales. Las leches de fórmula infantil tienen un preparado estandarizado y contienen azúcares añadidos, como jarabe de maíz, que se agregan durante la producción y no se encuentran en la leche materna. (Bridge, 2020)

Se investigó el contenido de azúcar de 212 productos lácteos de fórmula infantil disponibles en los mercados y que están dirigidos a bebés menores de tres años. Estos alimentos analizados se venden en supermercados en 11 países.

Los hallazgos revelaron que más de la mitad de los productos contenían más de 5 gramos de azúcar por 100 ml; así como en muchos casos, el contenido de azúcar era superior a 7,5 gr por 100 ml. Asimismo, las leches artificiales no contienen los anticuerpos presentes en la leche materna. También, el estudio, reveló que muchos productos de fórmula contienen casi el doble de azúcar que bebidas conocidas como la “Fanta de naranja”.

Según la OMS, los fabricantes de sucedáneos de la leche materna no deben facilitar muestras de sus productos a las mujeres embarazadas pues contienen altas cantidades de azúcar y calorías, además de que el único alimento para los lactantes debería de ser la leche materna.

La especialista Belén, defendió la información proporcionada por la BBC News, agregando que cuando se observan niños obesos dentro de la sociedad, los únicos culpables son los padres y las madres, porque todo lo que pase con sus progenitores es su responsabilidad. Igualmente, expuso que, aunque en sus consultas les da a conocer a los padres lo que realmente contienen las leches de fórmula para bebés, estos hacen caso omiso, guiándose por la practicidad en la alimentación.

“No debemos emitir un juicio contra los niños obesos, a esa edad no tienen decisión de lo que comen o compran en la tienda, pero los papás sí y aun así les vale; en consulta casi llego al grado de prohibirles que les den leche de fórmula, pero no hacen caso porque es más fácil. Por un lado, los entiendo, no están educados porque el gobierno ha permitido su venta y no obliga a las empresas a mejorar sus fórmulas, además ponen el pretexto de que si el bebé está gordito está sano”.

“Si se pusieran sellos en las latas de las fórmulas, la mayoría tendrían hasta cuatro sellos, por ejemplo, exceso de azúcar, calorías, grasas saturadas y trans; pero te puedo confirmar que no serviría de nada, eso no los espanta, los buenos pediatras les decimos que esas altas cantidades literalmente envenenan al bebé, están conscientes de ello y no les importa, así que el gobierno flojo se juntó con los papás irresponsables”, confirmó Belén.



16Tomado de: Wal - Mart Super.
<https://super.walmart.com.mx/ip/alimento-para-ninos-enfagrow-premium-promental-etapa-3-sabor-vainilla-375-g> Fecha: 1/12/22

Ante los ojos de los padres de familia, los sellos del etiquetado frontal no resultan un factor de advertencia que conlleve a detener su consumo; al contrario, el desconocimiento de las porciones nocivas para la salud hace creer a los consumidores que podrían ser benéficas para el desarrollo del lactante. Dicho esto, se puede comprobar que la solución al problema de sobrepeso infantil no radica en evidenciar las sustancias de los productos, si no en difundir información y campañas sobre la correcta alimentación.

Continuando con la incógnita acerca de ¿por qué el gobierno de México no se ha preocupado por regular la calidad de los alimentos para bebés?; y, ¿funcionaría etiquetar las leches de fórmula y papillas Gerber por ejemplo? Se inserta en este trabajo como antecedente y para poner en contexto la información que reveló El portal web *El Poder del Consumidor*, donde explica que cada porción de 110 mililitros de Gerber, casi el contenido total del envase tradicional contiene 14 gramos de azúcar, lo que equivale a 2.8 cucharadas cafeteras.

La edad sugerida por los productores de este producto es para bebés mayores de 12 meses. Sin embargo, de acuerdo con organismos internacionales como la Organización Mundial de la Salud (OMS), infantes menores de 2 años no deben consumir azúcar añadida. De igual manera, la Norma Oficial de Orientación Alimentaria establece que se deben evitar azúcares añadidos en lactantes.

Proporcionar este producto, con casi 3 cucharadas de azúcar, a un lactante es de mayor riesgo que para cualquier otra edad, ya que el alto consumo de azúcar está directamente asociado a padecimientos como obesidad y diabetes.

Por otro lado, se ha observado que los altos consumos de azúcar provocan adicción, pues una vez que se convierte en hábito es mucho más difícil dejarla de consumir.

Promover esa cantidad de ingesta de azúcar en lactantes es peligroso, ya que ante el alto consumo de azúcares se generará un gusto y adicción por los alimentos intensamente dulces, lo cual llevará a ese bebé a generar malos hábitos de alimentación no aceptando los alimentos naturales o caseros; es preocupante que la industria recomiende como una opción saludable este tipo de productos para un lactante. En lo que refiere al sodio, el Gerber contiene 60 miligramos por botecito;



17 Tomado de: Wal - Mart Super.
<https://super.walmart.com.mx/ip/papilla-gerber-etapa-2-platano-113-g/00000007500341> Fecha: 12/12/22

es frecuente que se añada sodio a los productos para mejorar el sabor; sin embargo, en lactantes no se recomienda la sal.

Es importante mencionar, además, que, de acuerdo con la *Guía roja y verde de transgénicos* de Greenpeace, la empresa Gerber de Nestlé utiliza ingredientes provenientes de transgénicos en sus productos. (Consumidor, El Poder del Consumidor, 2013)

El engaño publicitario y en los etiquetados ha contribuido

enormemente a los padecimientos que actualmente se viven en el país, como el sobrepeso, obesidad y diabetes, por lo que es prioritario que los etiquetados no engañen a los consumidores y no desorienten, haciendo creer que son opciones saludables de consumo cuando no lo son.

El siguiente caso por analizar que ayudará a conocer si los productos Gerber son aceptados por los padres de familia y si dichos alimentos procesados serían rechazados por los hogares, aunque contuvieran etiquetas en sus envases, corresponde a Antonio, padre de un bebé de 9 meses, quien cada semana compra para su hijo 7 envases de papillas Gerber de 113 gramos, mismos que dosifica en una porción diaria.

La pediatra con la que acude a sus revisiones mensuales les recomendó que complementaran la leche materna con esos frascos de papilla, indicación que Antonio obedeció inmediatamente, pues administrar ese alimento a su bebé es

económico y no conlleva la preparación de alimentos, que, según el padre, es una pérdida de tiempo.

Cuando se le cuestionó si confiaba en que la cantidad de Gerber que le proporciona a su hijo semanalmente es saludable, respondió que no acostumbra a cuestionar las decisiones de los especialistas, porque gracias a ellos es como cualquier persona puede llevar una vida saludable, omitiendo opiniones de gente poco confiable como *influencers*. *“No me gusta decirle que no a cualquier doctor, toda la vida ha estado el Gerber y se vende mucho, sabe rico y simplemente es fruta molida que no se echa a perder, es mejor eso que perder el tiempo diario cocinando verduras. Si me lo recomendaron para mi hijo pues se lo voy a dar, nunca confiaría en los influencers que ya saben todo, eso sí es peligroso; pero comer papilla de frutita ¿alguien lo ve peligroso?”,* dijo.

La pediatra Belén, continuó analizando los testimonios de los padres que confían en alimentar a sus bebés con alimentos procesados, y enunció que Antonio está cometiendo un grave error, porque no debería de haber algún pretexto para que alguien que comienza a ingerir alimentos sólidos no sea alimentado con verduras naturales. *“Las supuestas verduras que contienen los alimentos procesados como Gerber no son cosechadas hace una semana o dos, las recolectan con años de anticipación, tienen químicos que le caen muy pesado a los bebés, y repito como en el caso anterior, el azúcar que contiene es excesiva para cualquier persona. No entiendo como es la segunda vez que nos dicen que un profesional recomendó darle eso al bebé, no sé si sea mentira de los papás por no hacer un poquito de más por la salud de su hijo o de verdad estamos repletos de pediatras malísimos”,* exclamó.

Al igual que a la persona que brindó el testimonio acerca de las leches en polvo, a Antonio se le cuestionó si conoce a detalle los componentes que posee un frasco de Gerber, debido a que en sus respuestas existe mucha confianza hacia a las papillas envasadas. Ante esto, recalcó que no tiene memorizados los términos nutrimentales, pero tiene el conocimiento de que su venta no ha sido prohibida,

porque seguramente no causan daño a los infantes. *“No sé de términos médicos y te mentiría al decirte que los Gerber son una maravilla, pero en la tienda es de lo poco que no tiene etiquetas y en los comerciales no han quitado al osito o al niño de su publicidad, entonces no hay nada que temer. Es muy difícil que en estos tiempos todo haga daño, antes uno comía hasta cosas del piso y nunca nos pasó nada, el cuerpo tiene que desarrollar sus defensas y como la generación de cristal no sale de su burbuja, con cualquier airecito se enferma”*, dijo.

La nutrióloga Belén expresó que no tiene caso mezclar las defensas del cuerpo humano con la mala alimentación, porque además de que no comparten funciones en el cuerpo humano, es ilógico decir que hacerse daño sería benéfico para el organismo. *“No tiene nada que ver comer mugre o meterse a la boca cosas del piso con envenenarse alimentándose incorrectamente; en efecto las defensas son importantes para el sistema inmunológico, no se activan dándole al bebé una bolsa de sal o comiendo cualquier cosa, la ignorancia hace hablar muchas incoherencias”*.

“Es importante ilustrar en este trabajo un diagrama que publicó la página del Poder del Consumidor, en él dice todo lo nocivo que contiene el Gerber como que los edulcorantes artificiales son sustitutos sintéticos del azúcar y derivan del azúcar mismo. Pero nadie le da difusión, y lo primero que comenta es NO RECOMENDABLE EN NIÑOS, entonces ¿por qué el gobierno no hace nada por prohibirlos, ni siquiera quitar personajes de la publicidad? De verdad quiero ser muy empática con los papás porque este artículo del que te hablo casi nadie lo lee, y es obvio porque si bien a todos nos conviene que México salga de este hoyo de epidemia de diabetes, recordemos que las empresas que producen alimentos procesados sostienen al país con cantidades increíbles de dinero, entonces la economía tampoco se puede caer por la solidaridad con las demás, suena horrible y me encantaría que todos fuéramos sanos pero las mañas y convenios pueden más que la preocupación por el otro”, recomendó.

Durante la entrevista, Antonio continuó asegurando que los alimentos procesados son vitales para la nutrición de un bebé, el punto más álgido de su testimonio se

RADIOGRAFÍA
GERBER DURAZNO
(113 g, porción sugerida para el preparado)

Contiene **3 cdas** cafeteras de **AZÚCAR**

Contiene **2** diferentes tipos de **endulzantes** (azúcar y concentrados de fruta)

12 INGREDIENTES en total, entre ellos, azúcar añadida, almidón modificado

El **ETIQUETADO** es **ENGAÑOSO**, induce a creer que sólo es puré de durazno cuando es concentrado de fruta, azúcar y almidón

VALORACIÓN

Evitar en bebés o niños pequeños

Fuente: El poder del consumidor

18 Tomado de: *El poder del consumidor*.
<https://elpoderdelconsumidor.org/2017/10/radiografia-gerber-durazno-113-g-porcion-sugerida-preparado/> Fecha: 28/12/22

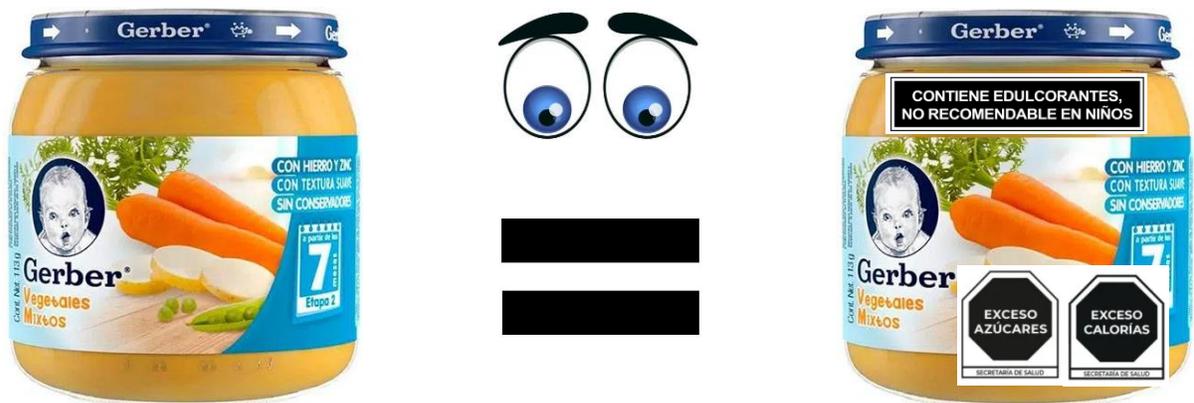
situó cuando dijo que no le importaría si en el futuro se decidiera colocar sellos de advertencia como en la mayoría de los comestibles, pues aseguró que con un frasquito no se va a morir nadie. *“No da miedo ver uno que otro sello porque aparte del Gerber el niño come otra cosa, además es un frasquito bien chiquito que apenas y le cabe la cuchara ¿qué daño hace eso?; son*

niños y hay que consentirlos, no voy a estar toda la vida para ver qué come, al rato va a estar comiendo papas, ya que se cuide cuando sea más grande pero mientras que disfrute.

Los sellos son para las comidas grandes, a los Gerber le van a poner una chiquito nada más por compromiso, pero el azúcar no es malo ni las calorías porque son alimentos, ni modo que coman aire; repito, comida con sellos siempre va a haber y mi hijo se la va a comer”, afirmó Antonio.

Belén decidió finalizar su aportación comentando que espera que algún día exista alguna campaña de nutrición masiva que desmienta las incoherencias que expresan los padres de familia irresponsables, así como la creación de una secretaría que eduque a las madres desde los primeros meses de embarazo para que de esta forma los casos de diabetes tipo 1 pueden disminuir. *“Es triste lo que escucho de*

estos papás, lo más fácil para salir de este bache de enfermedades sería crear una secretaría que obligue a los padres a no dar alimentos que hagan daño y que la diabetes tipo 1 no sea común como hoy en día. Reafirmo que hoy ellos no tienen la culpa, de nada sirvió etiquetar anticipadamente los alimentos procesados, puedes ver que nadie les hace caso, lo que se necesitaba eran campañas de nutrición reales”, finalizó.



19Tomado de: Wal - Mart Super
<https://super.walmart.com.mx/ip/alimento-para-lactantes-gerber-cosecha-natural-zanahoria>
Fecha: 3/01/23

9Botargas ante el fracaso del etiquetado frontal

Para el segundo semestre del 2022 y a dos años de estar vigente el etiquetado frontal de alimentos procesados, no se han observado resultados notorios en cuanto a la disminución de los casos de sobrepeso y obesidad; ya que, como lo menciona el Atlas Mundial de Obesidad, aunque la desnutrición crónica en niños menores de cinco años presentó una tendencia a disminuir en los últimos años, la anemia, el sobrepeso y la obesidad no han logrado reducirse y continúan en aumento. En México, el 35.5% de niños entre 5 y 11 años tiene sobrepeso y obesidad. (Noticias, 2022)

Es por esto que, ante los pocos cambios que se presentaron en la baja de los números de enfermedades crónicas ocasionadas por la mala alimentación, el

gobierno de México recurrió, después de dos años, a producir propaganda en los medios de comunicación que informen a la población que existen los sellos frontales en los alimentos procesados, puesto que estos resultaron un rotundo fracaso.

Aunque el objetivo de dicha propaganda es dar a conocer el significado de los sellos frontales, el contenido, las imágenes y el audio son erróneos pues confunden al espectador, y la utilización de botargas ha indignado y ofendido a varios de los internautas.

A través de sus redes sociales, Jesús Ramírez Cuevas, Coordinador General de Comunicación Social de la Presidencia de la República, compartió una campaña de videos llamada #AntojoSaludable, que presenta a botargas de frutas y verduras luchando contra productos altos en azúcar y grasas.

La campaña no fue bien recibida por los usuarios de las redes sociales, quienes la calificaron como “ridícula”, “poco profesional” o “un desperdicio de impuestos”. Otros usuarios señalaron que, aunque evidentemente se trata de contenido dirigido a niños, tiene una mala calidad y les habla como si no tuvieran capacidad de comprender un mensaje.



Sergio @Sergio_en_Texas · 9 ene.



En respuesta a [@JesusRCuevas](#)

Video digno del 4 mundo (ni siquiera el tercero)

¿Son capaces de hacer ALGO bien?

¿Lo que sea?

¡Ni siquiera un vídeo que cualquier “TikToker” con medio cerebro pudiera hacer mejor!

¿Y los millones de vacunas cuyo destino es desconocido, dónde están?





Mexicuautil @Mexicuautil · 19h

...

En respuesta a [@JesusRCuevas](#)

Jaja. Este nuevo anuncio proyecta muchas cosas. El gobierno mira al "pueblo" al que gobierna mas inocente que un niño, cree que debe educarlo literalmente "con manzaitas". De la manera mas tonta posible, vaya hasta odisea burbujas era mas didactico e inteligente. Imaginense.



1



61



Mexicuautil @Mexicuautil · 19h

...

Por otro lado muestra abiertamente lo que ha sido su manejo divisorio hasta hoy. Buenos contra malos. Industria contra campo. Asi su gente se maneja, como si fuese un patido de fútbol, por eso se regocijan de la unica virtual victoria "somos mayoría". Material para los mas tontos



1



34



21 Tomado de: Data Noticias. <https://datanoticias.com/2022/01/13/ante-el-fracaso-del-etiquetado-gobierno-recurre-a-botargas/> Fecha: 4/01/23

Carlos Espinosa, creador de contenido y especialista en marketing, se ha dedicado a analizar los mensajes que exponen los comerciales publicitarios de la campaña "#AntojoSaludable", puesto que (como él lo llama), le parece ridículo que el gobierno en turno no sea capaz de sembrar en los mexicanos la cultura de la buena alimentación; por otra parte, reprobó y calificó como ofensivas las imágenes de la campaña, porque desde el inicio de sus transmisiones el lenguaje fue soso, pobre y grotesco.

"Es ridículo que los ricos piensan que los que estamos en lo más abajo de la pirámide somos idiotas y no podemos hilar dos palabras, se nota que en sus campañas presidenciales solamente están de adorno con la gente para salir bonitos en la foto. Me siento muy ofendido con esas botargas que hablan como estúpidas y babosas, con palabras muy simples vuelven al mexicano tan chiquito y a expensas de lo que le den de comer en la boca, pero ya esos comerciales le dieron la vuelta al mundo y se pusieron la medalla de que nos educaron padrísimo y a partir de que

los vimos ya todos somos flacos, en mi punto de vista las botargas son morbosas y enfermizas. Por favor denles un aplauso a los reyes del marketing”, platicó Carlos.

En el primero de los videos de #AntojoSaludable, el cual es protagonizado por personajes como Mamey Canseco, Graciela "La Chela", Media Naranja, Chescolin, entre otros; una botarga de coronavirus infecta a la gente, hasta que es detenida por un elote y una naranja para luego tener una pelea contra dulces y refrescos.



22Tomado de: Data Noticias <https://datanoticias.com/2022/01/13/ante-el-fracaso-del-etiquetado-gobierno-recurre-a-botargas/> Fecha: 5/01/23

azúcares. La supuesta enseñanza del video, además del mensaje de alimentarse bien, es la importancia del etiquetado frontal, el cual no ha tenido los resultados esperados a poco más de un año de su implementación.

“No encuentro otra expresión para esos comerciales más que horrorosos, porque su misión nunca fue inculcar la buena alimentación, solo tuvieron el objetivo de polarizar la opinión pública y revictimizar a las personas que han sufrido golpes en su salud debido a una enfermedad como la diabetes o el COVID - 19. El primer error fue poner frente a frente a las frutas contra los alimentos procesados como si los primeros fueran lo mejor y los segundos veneno puro; porque ambos hacen daño en su consumo desmedido, pero como es común en el sexenio morenista, hay que tachar a todo aquello que se desconoce, es más fácil agredir que explicar los pros y las contras”

Para el segundo video de #AntojoSaludable, la botarga de coronavirus ahora se dirige a un equipo de fútbol conformado por comida chatarra y enfrentan a las frutas y verduras en un partido, en el que terminan colocándose sellos de exceso de grasas y

“Todos necesitamos trabajar, también los fifís como este señor los llama, pero se le olvida que si las empresas de alimentos procesados que no son tan malas como parecen se van del país, sí les va a afectar,



23Tomado de: Data Noticias <https://datanoticias.com/2022/01/13/ante-el-fracaso-del-etiquetado-gobierno-recurre-a-botargas/> Fecha: 4/01/23

Entre el rogorido y el Galletón con sabor hacen volar a la deliciosa manzana.

pero tampoco va a ser el fin para ellos. En cambio, las personas que trabajan en esos emporios que son de la clase baja, que es por los que el gobierno da la vida, van a ser las más perjudicadas, pero a este señor solo le interesa correr del país a quienes son sus enemigos, le valen los miles que se queden sin comer”, respondió Carlos.

La Procuraduría Federal del Consumidor señala que el etiquetado frontal ha sido un éxito, debido a que marcas como Coca-Cola, Nestlé, Pepsi Co, Bimbo o Kellogg's han reformulado hasta el 56% de sus productos para hacerlos más sanos. Aunque diversos estudios realizados en supermercados y pequeños comercios indican que el etiquetado frontal no es, todavía, un factor que influya en los hábitos de compra de los consumidores. (Consumidor, El Poder del Consumidor, 2021)

Carlos compara los spots de alimentación mexicanos con los que se realizan en cadenas internacionales, pues las que se realizan en otras partes del mundo tienen

en sus mensajes datos duros, testimonios y estudios de campo que hacen entender al espectador qué alimentos son nocivos para la salud.

“Es un desperdicio de dinero estos comerciales que no informan nada, alguno de los miles que cobran un gran sueldo en la Secretaría de Salud podrían echarle un ojo a los documentales que toda la vida han hecho por ejemplo en Discovery, que con estudios en las fábricas y gente que infiltra revelan los peligros y las porquerías con las que se hacen las salchichas. Es como un reportaje, hacen su estudio de campo y luego sale un doctor a decir con términos médicos por qué no es bueno comerlas y después en la pantalla lo exponen con diagramas, órganos que se colorean para que uno entienda; pero aquí es telebasura que insulta nuestra inteligencia”.

En octubre de 2020, durante el primer mes de la implementación



24Tomado de: Netflix <https://www.netflix.com/mx/title/81249660>

del etiquetado frontal, la Asociación Nacional de Pequeños Comerciantes (ANPEC) elaboró una encuesta de consumo entre clientes de diferentes tiendas de pequeño impacto; los resultados arrojaron que más de la mayoría de los consumidores no consultó el etiquetado frontal o no influyó en su compra. (Cruz, 2022)

A finales de 2020, la consultora Kantar hizo un nuevo estudio de campo en México para conocer el impacto del etiquetado frontal, encontrando que el consumo de productos altos en grasas, sodio o azúcares no ha bajado, aun cuando tienes dos o más sellos de advertencia. (Cruz, 2022)

Para los productos con un sello de advertencia, la intención de compra era del 62% en 2020 y con dos sellos era de 49%. Con tres sellos, el 51% de las personas consultadas por Kantar señalaron que reducirían su consumo, mientras que el 45% dijo lo mismo a partir de 4 sellos. Sin embargo, en la mayoría de los casos, casi el 90% de los consumidores no tenía intenciones de dejar de comprar los mismos productos, aun conociendo el etiquetado frontal.

Para marzo de 2021, Kantar hizo una nueva evaluación, encontrando que el nivel de penetración de los alimentos marcados con etiquetado frontal era prácticamente el mismo que cuando comenzó a implementarse.

“No vemos un impacto claro, significativo, de esta iniciativa en los patrones de compra de los mexicanos, ni en sus hábitos de compra ni el volumen de compra de las categorías desde que esta iniciativa de sellos de advertencia fue implementada. Los patrones de compra no cambian”.

Carlos, opina que, los estudios elaborados por Kantar, y otras agencias, deberían de ser la punta de lanza para diseñar estudios inteligentes que auxilien a la correcta alimentación, porque el mensaje de #AntojoSaludable es equivocado, haciendo creer a quien lo ve, que todos los alimentos engordan sin control, además distorsionando la gastronomía mexicana haciéndola pasar por peligrosa, que en realidad, en su origen no contiene productos con altas grasas. *“El mensaje de esas porquerías de spots es que los mexicanos consumimos basura, no puedo creer que en el mundo le hagan más pleitesías a la comida mexicana que es un patrimonio de la humanidad; por eso la gente está enojada, porque el gobierno siempre nos hace quedar mal con sus campañas de bajo presupuesto”.*

“En Discovery y Netflix se difunde la receta del mole poblano, la cochinita pibil y los que lo ven no engordan, porque somos inteligentes y no por verlo ya subimos diez

kilos, al contrario, es educación, porque si bien tenemos pésimos hábitos alimenticios, no ayuda nada ponerle cuernos y cola de diablo al yogurt”.



25 Tomado de: Netflix <https://www.netflix.com/mx/title/81249660>

Así como el analista Carlos lanza comentarios negativos hacia las imágenes publicadas en la campaña #AntojoSaludable, igualmente lo hace para el lenguaje con el que ahí se habla. Los términos machistas con los que se da a entender que solo las mujeres son las que tienen la obligación de cocinar y velar por la alimentación de su familia, convierte a los spots en comerciales obsoletos con hábitos y costumbres muy definidos que no se pueden cambiar.

“¿Cómo es posible que en los cuatro minutos que duran esas porquerías solo se hable en femenino? Otra vez a relegar a la mujer a la cocina porque es incapaz de ser productiva en otro ámbito, diciéndole que es su obligación darles fresas a sus hijos. Bola de machistas, los hombres también tienen la obligación de proveer a sus hijos con buenos alimentos. Pero supongo que las mujeres que no pueden ni siquiera asomarse a la calle porque las desaparecen van a estar preocupadas en contar las calorías, al cabo que es su única preocupación”.

Otro estudio elaborado por la consultora internacional Ipsos indicó que durante la pandemia de Covid-19, los niveles de obesidad en México no han bajado, sino todo lo contrario. (IPSOS, 2021)

“Si quieren combatir el COVID, no es con botargas, mucho menos con las aguas que dicen en esos comerciales, porque ¡son las que tienen más azúcar! ni para leer el Tang en la parte de atrás son buenos. Solo gastaron el dinero para decir tonterías y ni siquiera mandaron a un achichinle a ir al mercado para ver el precio de las frutas y verduras que están carísimas; las naranjas, cebollas, jitomates, mangos, fresas están a más de cuarenta pesos el kilo, con el salario que ganan el grueso de la gente de este país seguro les alcanza; si iban a despilfarrar en esos spots, mejor comprar frutas y repartirlas a la gente que no tiene. Entiendan ineptos del gobierno, el país se muere de hambre y el dinero no está alcanzando”, sentenció Carlos.

10Máscara VS Máscara

Como se mencionó anteriormente, la ley del etiquetado frontal prohíbe elementos en los empaques de los comestibles que supuestamente alentaban a los infantes a consumir productos nocivos para la salud. En los estudios que la propia Secretaría de Salud presentó, se indicó que cuando existen botargas o dibujos animados en las cajas de cereal o en la leche, los niños hacen lo que sea por comprarlo, no importándoles cuántas calorías o azúcares contienen.

Sin embargo, al organismo gubernamental que se encargó de fomentar esa iniciativa se le olvidó considerar que la población infantil no es económicamente activa, y no tiene poder adquisitivo con el que puedan realizar compras en los supermercados.

Así como los niños no pueden decidir su dieta diaria o hacer la lista de la despensa que comprarán en las tiendas, no le pueden exigir a sus padres que compren algún alimento solo porque lo vieron en los medios de comunicación masiva. Los únicos que deciden qué alimentos ingieren sus progenitores son los papás y su decisión no depende de qué tan simpático es el tigre Toño o el conejo de Nesquik.

Lo que la Secretaría de Salud considera prudente es colocar las botargas que pelean en una cancha, es decir, el refresco contra la fresa, la piña hacia el chocolate,

etcétera. Por lo que es necesario cuestionarse: ¿Esas máscaras y personajes en los medios de comunicación sí están permitidos? ¿Los niños captarán el mensaje que esos anuncios publicitarios tratan de difundir erróneamente?

Así como el gobierno plantea que los infantes que habitan en los hogares mexicanos deciden libremente acerca de los alimentos procesados que ingieren sin tomar en cuenta las decisiones de sus padres, se realizó una encuesta a tres padres de familia con la finalidad de conocer si efectivamente sus hijos no cuentan con supervisión al momento de adquirir los comestibles en el supermercado o en la tienda de su preferencia, y si además sus compras se guían conforme al número de personajes animados que contienen los empaques; las preguntas realizadas estuvieron basadas en las aseveraciones que se hicieron en el estudio realizado por investigadores de la Universidad de Calgary publicada en la revista *Nutrients* en marzo de 2020. (Consumidor, El Poder del Consumidor, 2020)

En el estudio, se aseguró que la mayoría de los alimentos empacados para atraer a los niños no son saludables, lo que aumenta las posibilidades de que las y los niños prefieran consumir alimentos poco saludables y, a su vez, aumenta los riesgos para la salud. Al momento de enunciar esta afirmación al primer entrevistado, respondió que *“mi hijo no tiene la capacidad de decisión en lo que va a comer o no, tenga un personaje o mil, se va a comer lo que yo le diga porque ellos no saben lo que les nutre. Sí le puedo comprar algo con dibujitos, cuando todavía existían, pero si no quiero o no me alcanza el dinero, o le va a hacer daño, no me importa que haga el peor de sus berrinches, no va a cambiar mi decisión”*.

Otra de las tesis enumeradas en el trabajo de la Universidad de Calgary, dice que otras técnicas utilizadas en los empaques dirigidos a los y las niñas incluyeron imágenes y colores para hacer que los alimentos no saludables parecieran más divertidos, promoción cruzada con programas de televisión y películas, así como premios a manera de incentivos. Cuando el segundo de nuestros entrevistados escuchó este supuesto, exclamó y propuso un ejemplo en el que los padres tienen

fe ciega en todo lo que los niños desean solo porque les pareciera atractivo el empaque. *“Si a una botella de tequila o a una cajetilla de cigarros se les ocurriera imprimirlas con los colores naranja o amarillo para que se viera más bonito y esto atrajera la atención de los niños y les llamara la atención por conocer lo que trae adentro ¿se las íbamos a comprar solo porque les gustó su envoltura? ¡Claro que no! Ese estudio insulta nuestra inteligencia como padres y nos dice que somos los padres más inútiles e ineptos porque según ellos no sabemos alimentar a nuestra familia. Claro que sé que los cereales tienen azúcar o los Cheetos grasa, pero no se los voy a comprar diario a mi hija o darle dinero para que compre lo que se le haga más bonito”, exclamó.*

Por otra parte, un argumento recurrente en la investigación fue que se necesitan fuertes restricciones en el empaquetado persuasivo de alimentos dirigido a los niños, como parte de una estrategia más amplia para regular la comercialización de la industria alimentaria y combatir la obesidad infantil. El último encuestado, reaccionó burlándose de los creadores de esta ley, calificándolos como personas incultas. *“¿Los que hicieron esas reglas nunca han ido al super? ¿Saben que los papás compramos todo y pagamos? Su poca cultura los hace creer que a los niños se les tienen que poner leyes para que no compren cosas con dibujitos; espero entiendan que nuestros hijos ni tienen dinero ni son maduros para prepararse sus alimentos y surtir la despensa, solo les decimos vas a comer esto y punto final, ya veo varios niños detenidos en el MP por llenar su carrito del super con Nesquik, mantecadas y Froot Loops”, declaró.*



26 Tomado de: Miguel Ángel Luna.mx
<https://miguelangelluna.mx/2020/03/30/norma-051-por-que-se-deberan-eliminar-personajes-infantiles-de-los-empaques/> Fecha:
6/01/23

¿Por qué el gobierno prohíbe la libre competencia y quiere convertir sus ideales en un monopolio? Los resultados de esas decisiones donde los únicos personajes enmascarados que puedan competir vendiendo productos comestibles sean los que los funcionarios consideran benévolos conlleva a que la calidad de la publicidad y los alimentos decaiga.

Porque, las Zucaritas y el pan Bimbo se esforzaban en pulir a sus personajes como el osito y el tigre, y al sacarlos de la competencia sólo pueden bailar en las pantallas las botargas de baja calidad de los comerciales de la Secretaría de Salud; pues si son corrientes no importa, nadie les puede competir con un mensaje en contra. Según dicha perspectiva segada, las botargas de las marcas extranjeras son maliciosas, las públicas son bondadosas.

¿Por qué quisieron callar al osito Bimbo revoltoso? Porque cuando se analiza detalladamente la publicidad que esa marca presentaba antes del 2020, el personaje explicaba los beneficios que conlleva consumir el pan, como las vitaminas, energía y tipo de grano con el que se produce, pero a partir de la aplicación de la ley del etiquetado, se prohíbe que las envolturas de los alimentos procesados puedan contener información nutrimental complementaria, que es lo que todos los dibujos animados de las marcas se encargaban de anunciar. Es cierto que ese alimento procesado contiene azúcares y calorías que al consumirlas en exceso conlleva a problemas en la salud, pero cuando es inexistente el dibujo

animado que representaba a la marca, solo se resaltan los aspectos negativos del comestible, exponiéndolo como el peor de los venenos para el ser humano.



27Tomado de: Wal - Mart Super
<https://super.walmart.com.mx/ip/cereal-kellogg-s-zucaritas-760-g/00750100802315>
Fecha: 7/01/23

En la primera imagen que se muestra arriba, se explican frontalmente los aspectos positivos del producto; es decir, la energía y el buen sabor, pero igualmente las sustancias que en exceso podrían resultar nocivas para la salud como el azúcar. Por otro lado, en la segunda imagen, no existen características positivas en el cereal, haciéndolo víctima de una mala publicidad.

Lo que pasa con esa situación es que la venta del producto no está siendo positiva para la empresa, y posee publicidad negativa como las cajetillas de cigarros, que es bien sabido, la mayoría de sus componentes son dañinos para el organismo. En cuanto a lo que dice la ley del etiquetado, que con los sellos negros son claras las sustancias que tiene un alimento procesado, con el anterior etiquetado también se podía conocer, solo se tenía que hacer la difícil tarea de darle la vuelta al empaque

y leer los porcentajes y porciones de azúcar, calorías y grasas. Así, el gobierno puede seguir combatiendo con un arma poderosa a lo que siempre le ha tenido aversión, es decir, al marketing y la libre competencia, solo resaltando sus aspectos negativos, borrando los positivos, para de esta forma hostigar a los inversionistas en México.

Una de las tesis que el gobierno creador de la ley del etiquetado frontal resalta, dice que los niños no comerán alimentos procesados porque los personajes que llaman la atención harán al producto poco atractivo y se alimentarán de comida sana. Refutando esa idea, cuando estaba permitido que las cajas de cereal introdujeran premios o figuras de acción, sus ventas eran un éxito rotundo. Pero, no porque los ingredientes del cereal fueran los más deliciosos, más bien porque el juguete que incluían estaba de moda, pudiendo llegar a la situación de ignorar el cereal y no comerlo, pues probarlo no era su principal interés.

11 “Estando el hombre ocioso, se metió a chismoso”: Gobierno “infla” los etiquetados por dedazo para “tronar” empresas

Uno de los castigos más graves hacia las empresas productoras de alimentos procesados es que para el gobierno, todos los comestibles son mezclas homogéneas que son igual de dañinas para la salud. Porque, es igual de nocivo el alimento que excede el 1% de azúcar permitida, que el que la rebasa en 99%. Lo anterior, imposibilita a las marcas para defenderse, pues no pueden competir entre ellas por brindar una mejor oferta alimenticia. Esa situación impide que los corporativos mejoren sus fórmulas, (reducir las cantidades de azúcar, grasas y edulcorantes); pues continuará dentro del rango negativo nutricional, es preferible conservarlo como comúnmente el público lo prefiere, a arriesgarse a que su gusto decaiga y deje de ser del agrado de los consumidores.

Dado que en el etiquetado frontal de alimentos procesados las empresas que se dedican a su elaboración son gravemente perjudicadas y estas no se han detenido

en protestar, así como Jaime Zabudovsky, Presidente ejecutivo del Consejo Mexicano de la Industria de Productos de Consumo (ConMéxico).

Los corporativos, denuncian falta de consideración a sus comestibles, ya que no hay manera en que el consumidor elija entre los que son buenos o malos para el organismo; así como decisiones corruptas en las que sus propuesta para que exista un etiquetado que beneficie a la población y a los productores fue ignorada, después de que el gobierno prometió revisarla y discutirla en una mesa de debate para lograr el bien común.

Zabudovsky, relató en una entrevista para el canal adn40 de TV Azteca, los malos manejos y conflicto de intereses que ha generado el etiquetado frontal de alimentos procesados, dejando a su suerte a los ejecutivos de las empresas alimenticias.

“No estamos cerrados a dialogar con las autoridades, incluso les presentamos nuestras preocupaciones del etiquetado que estaban proponiendo. Nos pidieron que hiciéramos una propuesta firmada por todos los organismos empresariales de México, se presentó a la consulta el 9 de diciembre del 2019, donde en 300 hojas cada artículo decía qué tipo de etiquetado necesita el consumidor mexicano para advertir, pero también informar. Pero ese documento nunca fue analizado, solo desechado sin darle atención, aunque Gatell dice que nosotros nunca tuvimos interés”, expuso. (Zabudovsky, Problemas con el nuevo etiquetado de alimentos, 2022)

Del mismo modo, advirtió que el etiquetado que el gobierno defiende es peligroso y desinforma, porque los sellos están colocados erróneamente en productos que no rebasan los porcentajes de sustancias que son malas para el consumidor, manipulando con dolo el gramaje de calorías y sal de los alimentos procesados, cuando en realidad el porcentaje de estos es muy bajo y no resulta riesgoso ingerirlos.



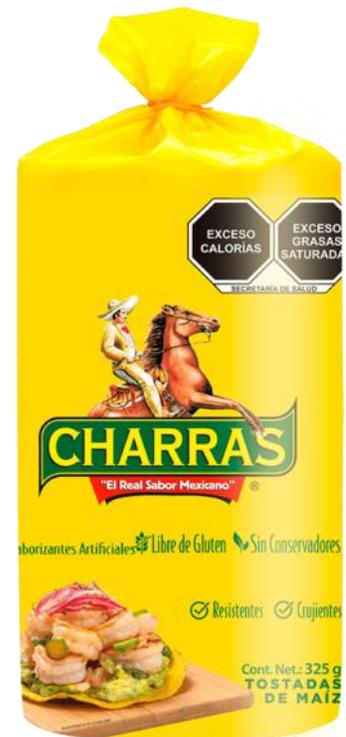
28 Tomado de: Wal - Mart Super
<https://super.walmart.com.mx/ip/caramelo-macizo-halls-colors-sabor-frutas-9-pzas/00762221026787?adBanner=super> Fecha: 7/01/23

“Una pastilla de menta que tiene menos del medio por ciento del azúcar que debes de tener en el día, tiene 2 sellos, alto en azúcar y

calorías; entonces ¿cómo ese etiquetado puede ayudar a que la población tome decisiones informadas? Se está manipulando. También una tostada de maíz que contiene menos del 2% del sodio recomendado diariamente tiene su sello que dice alto en sodio. Se dice que es dañino, pero no es verdad, no tiene sentido y no hay prueba científica que lo avale.

Por tal motivo, Zabludovsky reveló y echó mano de organismos internacionales que han presentado quejas hacia el etiquetado frontal que se ha vuelto muy popular en el mundo, alegando que las evidencias científicas no están presentes en las investigaciones que dicen que los sellos negros son la solución a los problemas alimenticios.

“El gobierno de Estados Unidos y de Suiza ha presentado denuncias porque como el etiquetado no está basado en evidencias científicas, podría resultar violatorio a nuestros compromisos internacionales. Pero nos echan la culpa a nosotros y se cree que con etiquetas que llaman la atención se va a resolver el problema de obesidad, cuando en Chile, que fue el país del que se inspiró para hacer esto, el secretario de salud Jaime Mañalich dijo que no ha funcionado, entonces no hay evidencia de que sirva”, declaró.



29 Tomado de: Wal - Mart Super
<https://super.walmart.com.mx/ip/tostadas-charras-de-maiz-onduladas-300-g/00075670213471> Fecha: 7/01/23

En particular, explicó como la reformulación de alimentos procesados perjudica a la empresa productora haciéndola esclava de los sellos de por vida, pues al ser un etiquetado tan radical, cuando las versiones de los productos light o cero azúcar salen a la venta, de manera obligada ahora estos deben de llevar en su empaque la leyenda exceso de edulcorantes, convirtiendo en inútil la intención de reformular. Caso que, en Chile, por ejemplo, no sucede, pues ese sello no aplica, siendo flexible para las empresas que decidieron mejorar sus componentes.

**CONTIENE EDULCORANTES,
NO RECOMENDABLE EN NIÑOS**

30Tomado de: Secretaría de salud Gobierno de México
<https://www.gob.mx/salud/es/articulos/este-1-de-octubre-entra-el-vigor-el-nuevo-etiquetado-frontal-de-alimentos-y-bebidas-no-alcoholicas-preenvasados?idiom=es> Fecha: 9/01/23

“Es muy radical, en Chile solo hay cuatro sellos, pero aquí tenemos tres más donde uno es el de edulcorantes no calóricos, que es una

de las fuentes de sustitución y reformulación, que muchas empresas que buscan reducir el contenido calórico lo hacen sustituyendo azúcar por edulcorantes no calóricos. Por ejemplo, una barra de chocolate que su versión regular tendría tres sellos que son azúcar, calorías y grasas, en su versión light, que tiene menos grasas contendría un sello adicional, el de edulcorantes; entonces ¿cuál es el incentivo para la industria de reformular? si el premio es un castigo con otro sello, aclaró.

En concordancia a sus declaraciones en las cuales acusa al gobierno de tener la intención de desfavorecer a las empresas, señaló que la intención del etiquetado es prohibir los alimentos procesados, un desquite en el que se afecta a toda la cadena de personas que trabaja en el sector, porque el socio y comprador mayoritario del campo mexicano que es la industria de los alimentos procesados, dejaría de realizar esa inversión, escenario que el gobierno no estudió ni analizó, dado que solo se enfocó en desprestigiar a los corporativos que considera peligrosos para la sociedad.

“En las mesas de diálogo que niegan pero que sí hubo muchas, se nos explicó que el objetivo del etiquetado no era informar, sino disuadir a los consumidores para que no compraran alimentos procesados, llegando a prohibirlos. Con esa decisión, el sector agroalimentario que va desde el campo hasta el anaquel, que representa el 5% del PIB y genera medio millón de trabajos se vería afectada pues la industria que hace los alimentos procesados compra el 70% del campo mexicano. Cuando sumas los autoservicios, changarros, tiendas de la esquina y las misceláneas son un millón y medio de personas que están en la cadena, afirmó.

12Ni el osito ni el tigre se inmutaron con los octágonos

Después del descalabro que resultó la implementación de un etiquetado frontal de alimentos procesados que nunca causó remordimiento o algún sentimiento de culpabilidad en la población que evitara consumir esos productos, las empresas que supuestamente resultarían afectadas celebraron a finales del 2021 sus récords históricos en ventas de sus comestibles; aun cuando el etiquetado frontal ya tenía más de un año de haber tomado su curso.

Ante esta situación, Jonás Murillo, vicepresidente de la Comisión de alimentos, bebidas y tabaco de la confederación de cámaras industriales, aseguró que, aunque ha habido cierto impacto en algunos rubros, no cayeron sus ventas.

Por ejemplo, en el tercer trimestre del 2021, Bimbo reportó que fue un año excepcional para la empresa, ya que alcanzaron niveles récord de Ventas, Volumen y Utilidad mientras transforman el negocio en un entorno operativo complejo. Sus inversiones en capital también alcanzaron un nivel récord, dadas las oportunidades que están viendo en sus mercados y categorías.

En palabras de Diego Gaxiola, Director Global de Administración y Finanzas de Grupo Bimbo, dijo que *“las ventas netas en México aumentaron en el cuarto trimestre 21.5% con respecto al mismo trimestre de 2020, como resultado del*

crecimiento en volúmenes, mezcla favorable de productos y aumento en precios.
(Bimbo, 2021)



31 Tomado de: Grupo Bimbo prensa
<https://grupobimbo.com/es/prensa/noticias/pluma-invitada/asi-vivimos-en-grupo-bimbo-el-2021> Fecha: 9/01/23

Todos los canales han mostrado un fuerte desempeño con crecimientos a doble dígito, al igual que las categorías de botanas saladas, confitería, pasteles, galletas, pan dulce, pan de caja y bollería. Para todo el año 2021, estas crecieron 13.5% frente al año anterior”.

32 Tomado de: 1000 marcas <https://1000marcas.net/kelloggs-logo/>
Fecha: 10/01/23

Otra de las empresas que no mostraron bajas en sus ventas fue Kellogg's, consorcio que distribuye el cereal Zucaritas, mismo que ha sido gravemente criticado por el gobierno

debido a que explican que resulta peligroso para los niños.

Por lo tanto, la compañía multinacional de alimentación informó que cerró el primer trimestre de 2021 con una cifra de negocio de 3,584 mdd (2,967 mde), lo que representa un incremento del 5.1% en comparación con el mismo periodo del ejercicio anterior. (EnAlimentos, 2021)

Desde *Kellogg's* destacan que estos crecimientos responden principalmente al incremento de la demanda de alimentos envasados para consumir en el hogar, así como a los efectos favorables de los tipos de cambio, que han compensado el descenso en los canales de fuera del hogar y on-the-go. No obstante, en términos orgánicos, es decir, excluyendo las variaciones de los tipos de cambio y las adquisiciones y desinversiones, las ventas netas de la firma de alimentación han aumentado un 4.2%.

Asimismo, el beneficio neto atribuido de la compañía avanzó 6%, hasta totalizar 368 mdd. *“En medio de continuas circunstancias difíciles, nuestra organización se ha desenvuelto excepcionalmente bien en el primer trimestre y ha arrojado muy buenos resultados, tanto financieros como en el mercado”*, indicó Steve Cahillane, presidente y CEO de *Kellogg's*.

13Conclusiones

Parece inverosímil que cuando protocolos o estrategias resultan fallidos en diferentes países, sigan siendo replicados en otras naciones para experimentar si después de muchos intentos, alguno de ellos se vuelve exitoso. En varias ocasiones, en los países de tercer mundo se escuchan dichos como *“por eso estamos como estamos”* o *“esto va a ser para toda la vida”*; pero jamás alguna persona se pone a analizar el porqué de la monótona situación.

Es decir, el burocratismo vuelve a México un país en que los problemas no se transforman, porque transformar, palabra que al gobierno de AMLO le encanta repetir en infinidad de ocasiones, no se trata de prohibir los alimentos y colocar publicidad populista que solo espante. Transformarse se refiere a brindarle a la población educación alimenticia. Chécate; término que el expresidente Peña utilizaba para que todos los mexicanos se convirtieran en sanos y delgados; no funciona cuando no checan lo que la población vive diariamente, el grueso de ésta, sin alimento que llevarse a la boca porque no les alcanza y recurren a comer lo que

se encuentran; no se checan por desidia, más bien porque les han arrebatado muchos productos de la canasta básica.

¿De qué trata una correcta campaña de alimentación? De especialistas que se acerquen a las comunidades más pobres para enterarse qué comen y cuáles son sus carencias, y tener empatía acerca de que la economía de un país, que los últimos sexenios han destruido, les pega, les duele y los imposibilita de ingerir hasta el pan más pequeño de la tienda.

No se trata de tapizar todos los alimentos procesados que se encuentren con sellos que impresionan. En México mucha gente no sabe leer ni escribir, mucho menos conocen la palabra edulcorante, que se escucha muy rimbombante, pero seguramente ni ustedes la entienden. ¿No se les ocurrió acudir con familias de diferentes sectores sociales y educarlos con campañas nutricionales? Es sencillo, se les revisa su peso, talla, colesterol, azúcar, etc.; después se les informa qué alimentos son sanos y las cantidades que necesitan. Pero seguramente no tienen tiempo de hacerlo; además de que el tío del amigo y el primo del sobrino del funcionario que está sentado en las instituciones gubernamentales es incapaz de realizar esa tarea.

“Las cosas no van a cambiar”, hasta que finalicen los compadrazgos y los presidentes disfrazados de héroes que se coloquen en la cima de la montaña construida de muertos por diabetes e hipertensión, pobres, empresas destruidas y centros de salud sin medicamentos. Superhéroes con capas populistas, guantes derechos o izquierdos, que no importa, pues están cortados con la misma tijera, y botas con octágonos negros que no les quedan pues fueron metidas con calzador, que aprovecharon al máximo su idea de transformar, copiando fracasos internacionales como el etiquetado frontal de alimentos procesados. ¿Con qué nos sorprenderá el siguiente? -La frase anterior aplica para cualquier momento de la vida en que se lea-

14 Referencias

- (IMSS), I. M. (2018). Escenario actual de la obesidad en México. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 3.
- Agricultura, O. I. (2019). *El sistema alimentario en México*. México.
- Agudo, A. (16 de Junio de 2022). Chile lucha contra la epidemia de obesidad. *El País*, págs. <https://elpais.com/planeta-futuro/2022-06-17/chile-lucha-contra-la-epidemia-de-obesidad.html>.
- Alimentaria, A. p. (Octubre de 2017). *Alianza por la Salud Alimentaria*. Obtenido de <https://alianzasalud.org.mx/2017/10/dieta-de-mexicanos-con-60-de-alimentos-procesados/>
- Alimentaria, A. p. (1 de Julio de 2020). *Alianza por la Salud Alimentaria*. Obtenido de <https://alianzasalud.org.mx/2020/07/cuida-a-tu-bebe-profeco-alerta-por-formulas-lacteas-con-exceso-de-azucar/>
- Álvarez, M. A. (2023). *Inicativa con Proyecto de Decreto*.
- Bimbo. (2021). *Reportamos récord histórico en ventas, volumen y utilidad para un cuarto trimestre y para todo el 2021*.
- Bridge, G. (26 de Febrero de 2020). Las leches de fórmula para bebés que contienen "más azúcar que los refrescos". *BBC*, págs. https://www.bbc.com/mundo/noticias-51632330?fbclid=IwAR0B1CMFwz2mqxNE5f4IHpnYy8ooE4ZRVEKMGVgGndKmtP2yetNS-_WIKpHI.
- Camargo, J. (2020). Etiquetado, Un fracaso en Sudamérica. *Excelsior*.
- CONEVAL. (2021). *Estimaciones de Pobreza Multidimensional*. México: CONEVAL.
- Consumidor, E. P. (5 de Agosto de 2013). *El Poder del Consumidor*. Obtenido de <https://elpoderdelconsumidor.org/2013/08/radiografia-de-gerber-bebible-de-nestle-110-ml/>
- Consumidor, E. P. (6 de Agosto de 2015). *El Poder del Consumidor*. Obtenido de <https://elpoderdelconsumidor.org/2015/08/detonantes-de-obesidad-alimentos-procesados-y-formulas-infantiles-para-bebes/>
- Consumidor, E. P. (13 de Noviembre de 2019). *El Poder del Consumidor*. Obtenido de <https://elpoderdelconsumidor.org/2019/11/al-sector-salud-la-diabetes-le-cuesta-613-millones-de-dolares-al-anio/>

- Consumidor, E. P. (24 de Junio de 2020). *El Poder del Consumidor*. Obtenido de <https://elpoderdelconsumidor.org/2020/06/estudio-internacional-confirma-que-elementos-infantiles-en-empaques-promueve-el-consumo-de-alimentos-no-saludables-en-la-infancia/>
- Consumidor, E. P. (2 de Diciembre de 2021). *El Poder del Consumidor*. Obtenido de <https://elpoderdelconsumidor.org/2021/12/con-56-de-productos-ensados-reformulados-el-etiquetado-frontal-de-advertencia-muestra-que-funciona/>
- Cruz, I. (13 de Enero de 2022). *Data Noticias*. Obtenido de <https://datanoticias.com/2022/01/13/ante-el-fracaso-del-etiquetado-gobierno-recurre-a-botargas/>
- Dávila, J. (2015). Obesidad en México. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 3.
- EnAlimentos. (2021). *Ventas de Kellogg's aumentan 5.1% en primer trimestre de 2021*.
- Financiero, E. (31 de Mayo de 2022). ¿De qué está hecha la leche que no es leche? *El Financiero*, págs. <https://www.elfinanciero.com.mx/food-and-drink/2022/05/31/de-que-esta-hecha-la-leche-que-no-es-leche/>. Obtenido de <https://www.elfinanciero.com.mx/food-and-drink/2022/05/31/de-que-esta-hecha-la-leche-que-no-es-leche/>
- Gallagher, J. (30 de Mayo de 2019). *BBC News*. Obtenido de <https://www.bbc.com/mundo/noticias-48460067>
- González, I. (8 de Agosto de 2022). Persisten en Juárez alimentos sin sellos. *Diario Mx*, págs. <https://diario.mx/economia/persisten-en-juarez-alimentos-sin-sellos-20220808-1959247.html>.
- Health, K. f. (Enero de 2022). *Nemours TeensHealth*. Obtenido de <https://kidshealth.org/es/teens/meal-plans-diabetes.html>
- HealthDay. (27 de Noviembre de 2017). *NetMD*. Obtenido de <https://netmd.org/cardiologia-articulos/cardiologia-news/las-personas-mas-jovenes-con-diabetes-tienen-un-riesgo-7-veces-mayor-de-muerte-cardiaca-subita>
- INEGI. (2021). *Características de las defunciones registradas en México durante 2020*. México: INEGI.
- IPSOS. (20 de Enero de 2021). *IPSOS*. Obtenido de <https://www.ipsos.com/es-co/covid-diet-and-health>

- Leyva, R. (13 de Noviembre de 2020). *Conecta Tecnológico de Monterrey*. Obtenido de <https://conecta.tec.mx/es/noticias/ciudad-de-mexico/educacion/5-mitos-y-realidades-sobre-la-diabetes-en-voz-de-especialista>
- Martínez, E. R., Álvarez, I., & Ruiz, M. d. (2012). *Hábitos de alimentación en niños con sobrepeso y obesidad*. México: Pediatría de México.
- MedChannel. (31 de Enero de 2023). *MedChannel*. Obtenido de <https://network.medchannel.org/blogs/1/492/patologias-que-preocupan-a-los-profesionales-de-la-salud-en-mexi#:~:text=Existe%20un%20objetivo%20acordado%20a,a%20un%20lado%20otros%2011>
- Medina, A. S. (5 de Abril de 2018). *Gaceta UNAM*. Obtenido de [https://gaceta.facmed.unam.mx/index.php/2018/04/05/mexico-en-alerta-por-el-sedentarismo/#:~:text=El%2070%20por%20ciento%20no,estudio\)%%20se%20han%20ido%20modificando](https://gaceta.facmed.unam.mx/index.php/2018/04/05/mexico-en-alerta-por-el-sedentarismo/#:~:text=El%2070%20por%20ciento%20no,estudio)%%20se%20han%20ido%20modificando).
- México, G. d. (2013). *Encabeza el Presidente Peña Nieto la Estrategia Nacional para prevenir y controlar sobrepeso, obesidad y diabetes*. México.
- México, G. d. (2021). *Modificación a la Norma Oficial Mexicana NOM 051 SCFI SSA1 2010*. México.
- Noticias, A. (2022). ¿Qué lugar ocupa México en obesidad infantil este 2022? *ABC Noticias*, págs. <https://www.excelsior.com.mx/trending/que-lugar-ocupa-mexico-obesidad-infantil-2022/1528994>.
- OMS. (Octubre de 2020). *Actividad Física*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- OMS. (2020). *Lactancia Materna*. Obtenido de https://www.who.int/es/health-topics/breastfeeding#tab=tab_1
- Pública, I. N. (26 de Agosto de 2020). *Gobierno*. Obtenido de Secretaría de Salud: <https://www.insp.mx/avisos/3652-diabetes-en-mexico.html>
- Roldán, N. (31 de Julio de 2020). *Animal Político*. Obtenido de <https://www.animalpolitico.com/2020/07/gobierno-gasta-menos-combate-a-la-diabetes-padecimiento-que-afecta-mortandad-por-covid-segun-salud>
- Saldívar, B. (18 de Enero de 2019). La recaudación por comida chatarra perfila récord en el 2018. *El Economista*, págs. <https://www.economista.com.mx/empresas/La-recaudacion-por-comida-chatarra-perfila-record-en-el-2018-20190117-0165.html>.

Salud, O. P. (4 de Agosto de 2020). OPS. Obtenido de <https://www.paho.org/es/noticias/4-8-2020-conoce-aqui-por-que-lactancia-materna-es-buena-para-bebe-para-mama-para-comunidad#:~:text=La%20leche%20materna%20est%C3%A1%20llena,no%20est%C3%A1%20del%20todo%20maduro>.

Unicef. (2019). *Estado Mundial de la Infancia 2019*. Unicef.

Unicef. (2021). *Para cada infancia*. Obtenido de <https://www.unicef.org/es/resultados>

Unión, C. d. (2019). *DECRETO por el que se reforman y adicionan diversas disposiciones de la Ley General de Salud, en materia de sobrepeso, obesidad y de etiquetado de alimentos y bebidas no alcohólicas*. México: Diario Oficial de la Federación.

Universal, K. -E. (9 de Diciembre de 2019). "Who cares, Who Does?". *El Universal - Kantar*. Obtenido de <https://www.eluniversal.com.mx/cartera/solo-23-de-mexicanos-lee-la-informacion-nutricional/>

Zabludovsky, J. (11 de Febrero de 2020). Problemas del nuevo etiquetado de alimentos. (M. L. Martín, Entrevistador)

Zabludovsky, J. (1 de Octubre de 2020). *W Radio*. Obtenido de https://wradio.com.mx/radio/2020/10/01/nacional/1601572753_038732.html

Zabludovsky, J. (2022). Problemas con el nuevo etiquetado de alimentos. (M. L. Martín, Entrevistador)