



EL COLEGIO NACIONAL

21 de octubre 2020
ECN/ 278
Sistema alimentario
sustentable

PARA PROTEGER LA SALUD DEL PLANETA ES NECESARIO ADOPTAR UNA DIETA SALUDABLE: JUAN RIVERA

*Como parte del **5º Encuentro Libertad por el Saber ¿Cuál desarrollo para un planeta saludable?**, coordinado por Julia Carabias y Julio Frenk, integrantes de El Colegio Nacional, el 20 de octubre se transmitió en vivo la mesa ***Sistema alimentario sustentable***

*En la sesión participaron la economista Margarita Flores, los biólogos José Sarukhán y Elva Escobar, así como el director del Instituto Nacional de Salud Pública, Juan Rivera, además del colegiado Francisco G. Bolívar Zapata

*"En los últimos 50 años la oferta calórica se triplicó en términos absolutos y por persona creció en un 30%, en materia de bienestar y salud casi 700 millones padecen hambre y 2 mil millones de adultos tienen sobrepeso: Margarita Flores

*"En México 10.5% de los hogares tienen inseguridad alimentaria severa, 23% de las personas anemia y 75% de los adultos tienen obesidad": Juan Rivera

"Sabemos que las crisis ambientales del planeta no son un tema nuevo, cada vez vamos teniendo más evidencia científica de que esto es una realidad y nos están poniendo en una situación de emergencia", con estas palabras la colegiada Julia Carabias inició la sesión ***Sistema alimentario sustentable***, que forma parte del **5º Encuentro Libertad por el Saber ¿Cuál desarrollo para un planeta saludable?** transmitida en vivo el 20 de octubre por las plataformas digitales de El colegio Nacional.

La también coordinadora del encuentro aseguró que este tema forma parte del objetivo número dos de la Agenda 2030 de Desarrollo Sostenible que se ha simplificado con el nombre de "cero hambre". "Se estima que para mantener a una población creciente de 3 mil millones de personas, que se va a incrementar hacia el año 2050, vamos a necesitar producir hasta el 60% más de alimentos. Tenemos que encontrar mecanismos, planear de manera distinta, integrada, con todas sus dimensiones".

En la sesión participaron la economista Margarita Flores que impartió la conferencia **Los retos del sistema alimentario**; el biólogo e integrante de El Colegio Nacional, José Sarukhán, con la ponencia **Diversidad terrestre y alimentación**; la investigadora del Instituto de Ciencias del Mar y Limnología de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), Elva Escobar, quien expuso **Diversidad marina y alimentación**; y Juan Rivera, director del Instituto de Salud Pública, que desarrolló **Dieta saludable a partir de sistemas alimentarios sostenibles**.

Al tomar la palabra, Margarita Flores, investigadora del Programa Universitario de Estudios del Desarrollo de la UNAM, se refirió al sistema alimentario como una red compleja de actores y actividades interconectadas con la producción, la recolección, el empaquetado, la elaboración, la distribución, almacenamiento y consumo de los alimentos. La evaluación de este sistema se asocia con los efectos socio económicos, culturales y medioambientales que tiene.

Hizo énfasis en que el 14 % de los alimentos que se producen se pierden y es una cifra parecida a la que se desperdicia, es decir "estamos desaprovechando el 30% de lo generado. "Hemos ido cambiando las dietas desde los años 70. Hay una interacción entre lo que se necesita producir, lo que conviene producir, lo que comimos y lo que deberíamos estar consumiendo si lo pensamos no sólo desde los gustos y hábitos, sino de lo que hemos aprendido que es la salud".

Explicó que en los últimos 50 años la oferta calórica se triplicó en términos absolutos y por persona creció en un 30%, en materia de bienestar y salud casi 700 millones padecen hambre y 2 mil millones de adultos tienen sobrepeso, el 22% de los niños menores de cinco años padecen desnutrición crónica y 3 mil millones de personas no tienen recursos para acceder a dietas saludables, lo que es un reto enorme.

"Desde el punto de vista del planeta, la agricultura utiliza el 70% de agua global y el 40% de la tierra. Los precios que estamos pagando actualmente no internalizan los costos ambientales planetarios, lo que estamos haciendo es minar la base de la producción de alimentos".

La doctora en desarrollo económico y social, también describió el panorama del sistema alimentario mexicano que en los últimos 50 años sufrió cambios drásticos con menos cereales y frijol y más grasas y productos de origen animal, lo que se asocia con el problema de sobrepeso que padecen 7 de cada 10 adultos. Además,

"la abundancia convive con la pobreza del 55% de la población rural y la carencia alimentaria, y eso sin contar el aumento de la pobreza a consecuencia de la pandemia que se estima que será del 57%".

Enumeró los problemas que el país enfrenta en su sistema alimentario como el hecho de que los incentivos económicos y productivos priven sobre lo ambiental y animal, que el costo ambiental y sanitario no se ha internalizado en el cálculo de la competitividad, el no reconocimiento de los servicios ambientales que proporcionan las comunidades campesinas a la protección de la biodiversidad, que se mantenga el estímulo del uso de energías fósiles y el desmantelamiento de las capacidades públicas por la disminución y deficiencia de recursos.

"En realidad todavía no contamos con una política alimentaria con una visión sistémica para promover un desarrollo equitativo, saludable y perdurable que parta del conocimiento y los hallazgos científicos sobre los límites planetarios".

Diversidad terrestre y alimentación

Por su parte, el colegiado José Sarukhán comentó que "el maíz ha sido la planta más profundamente modificada de todas las cultivadas. Son 59 razas nativas de esta especie las que son cultivadas cada año en México, cada una adaptada a una condición ambiental diferente. Todo México es zona de origen y diversificación de este grano. A pesar de que tenemos esa riqueza apenas estamos aprendiendo de ella".

Agregó que cada año los campesinos realizan un experimento en el país en el que siembran más de 5 mil millones de plantas de maíz de las cuales pueden seleccionar genéticamente el material para el año próximo, lo que no se hace en ningún lado del mundo. "En México tenemos la conjunción de dos elementos importantes, la diversidad biológica y la cultural, esta última es resultado de la primera y es lo que permite a la gente tener opciones para desarrollarse.

"La manera en la que alimentemos a la población mundial de mediados del Siglo XXI definirá el grado de conservación de los remanentes ecosistemas naturales del planeta". El coordinador de la Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad (Conabio) puntualizó que no existen las tecnologías para reponer suelos perdidos y no se habla de su desaparición. Si no hay suelos no hay nada".

Subrayó la importancia de la soberanía alimentaria, que es el derecho de la gente a un alimento sano y culturalmente apropiado, producido con métodos ecológicamente sustentables, como el concepto que debería normar el futuro de la evolución de la agricultura en México. "Requerimos más inversión pública en investigación, en extensión agrícola, en apoyos a los agricultores pequeños.

"Hay tres elementos cruciales para asegurar sistemas autónomos y sustentables de producción de alimentos: los herederos y los guardianes que son los

campesinos y agricultores; conocer la diversidad biológica y ecológica de los agro-ecosistemas y sus especies componentes; la integración del conocimiento tradicional con la ciencia moderna".

Diversidad marina y alimentación

Al participar en la mesa Elva Escobar, experta en el estudio de los océanos, explicó que la percepción del mar de la sociedad es limitada y que son demasiado grandes para ignorarlos. "Los mares les dan a la sociedad tres elementos particulares: alimento, agua y con qué respirar. Son una solución más que un problema por ser demasiado grande. Por ejemplo, dos de las enzimas más importantes para el tratamiento contra la COVID-19 provienen de animales marinos".

Agregó que ante el coronavirus una solución que se le propuso al gobierno fue que viera hacia la conservación de los mares y reducir la contaminación, lo que daría trabajo a las personas que viven de ellos y generaría bienestar.

Hizo énfasis en que los pescados tienen elementos esenciales como el Omega 3, importante para el desarrollo del cerebro, yodo, hierro y una serie de minerales benéficos para el desarrollo. "La sobrepesca aumentó alrededor de un 30% y las especies sobreexplotadas casi son inexistentes, la diversidad actual es nada comparado con la que había hace un siglo. Lo anterior se debe a la pesca ilegal, a los subsidios que ha dado el gobierno, a la pesca de especies no autorizadas, a la pesca no sustentable y el problema ético de pescar para alimentar al ganado".

En palabras de la investigadora, el pronóstico del futuro es que habrá cambios latitudinales, movimiento de la diversidad y de las especies crípticas, lo que tendrá impactos en la industria pesquera, así como los vacíos jurídicos que no se han contemplado por la migración de especies, lo que generará efectos sociales y económicos. "Mis propuestas son tratar de reducir la contaminación desde tierra adentro, incursionar la economía circular, incluir normas y leyes y no sólo la convención, dar menos subsidios para la pesquería, además de planear mejor las zonas marinas y regresar a la pesca artesanal".

Dieta saludable a partir de sistemas alimentarios sostenibles

Al tomar la palabra Juan Rivera, director del Instituto de Salud Pública se refirió a que la alimentación es el pilar fundamental de la salud y de las capacidades de los seres humanos. "No se ha erradicado la desnutrición, el hambre y la pobreza extrema, lo que se ve opacado por el consumo de dietas no saludables que llevan a enfermedades crónicas y muertes prematuras".

"En México el 10.5% de los hogares tienen inseguridad alimentaria severa, 23% de las personas tienen anemia y 75% de los adultos tienen obesidad". El doctor puntualizó en el impacto ambiental por porción de alimento. Entre los que generan mayor producción de gases de efecto invernadero, de impacto de suelo y de uso

de energía se encuentran las carnes de rumiantes, de puerco, de pollo, los lácteos y huevos en comparación con los vegetales.

"Ya estamos por arriba del cien por ciento de los límites planetarios del uso del suelo y agua, sobre todo por los productos de origen animal y los granos con los que se alimentan. Para el 2050 estaríamos rebasándolos hasta en un 190%."

En palabras de Juan Rivera, para proteger la salud del planeta es necesario adoptar una dieta saludable, a la que se le ha denominado "EAT-Lancet", se trata de una dieta predominantemente rica en vegetales, granos enteros, no refinados, proteínas de origen vegetal, leguminosas como el frijol, que en México se ha abandonado, almendras, nuez, cacahuete y proteínas de origen animal en cantidades muy pequeñas.

"Una dieta que da margen a la situación y a la cultura de cada país. Un aspecto importante son los granos enteros y éstos varían según la entidad, hay 232 en total. En términos de fuente de proteína son alrededor de 90 gramos por día, no es una dieta vegana, pero es baja en productos de origen animal. Con una dieta saludable llegaríamos a los límites planetarios sanos".

Al tomar la palabra, a manera de colofón, el bioquímico Francisco G. Bolívar Zapata, integrante de El Colegio Nacional, señaló la importancia de destacar los beneficios de los organismos transgénicos que se adoptan en muchos lugares del planeta. Los también conocidos como organismos genéticamente modificados (OGM) son considerados menos dañinos para la salud y menos contaminados debido a que ya no requieren de insecticidas químicos para eliminar plagas ni herbicidas para controlar las malezas, y enfatizó en que el colegiado Mario Molina (1943-2020) y otros 150 Premios Nobel están a favor de los cultivos transgénicos por los señalamientos mencionados.

La mesa **Sistema alimentario sustentable** se encuentra disponible en la página de YouTube de El Colegio Nacional: [elcolegionacionalmx](https://www.youtube.com/channel/UCv8Cv8Cv8Cv8Cv8Cv8Cv8C).