

# DESAFIOS DEL CONSUMO ALIMENTARIO



JULIETA PONCE SANCHEZ  
2019

# DIVERSIDAD EN LA DIETA ESCOLARES EN MÉXICO

60.7%



4.8 millones NO CONSUMEN

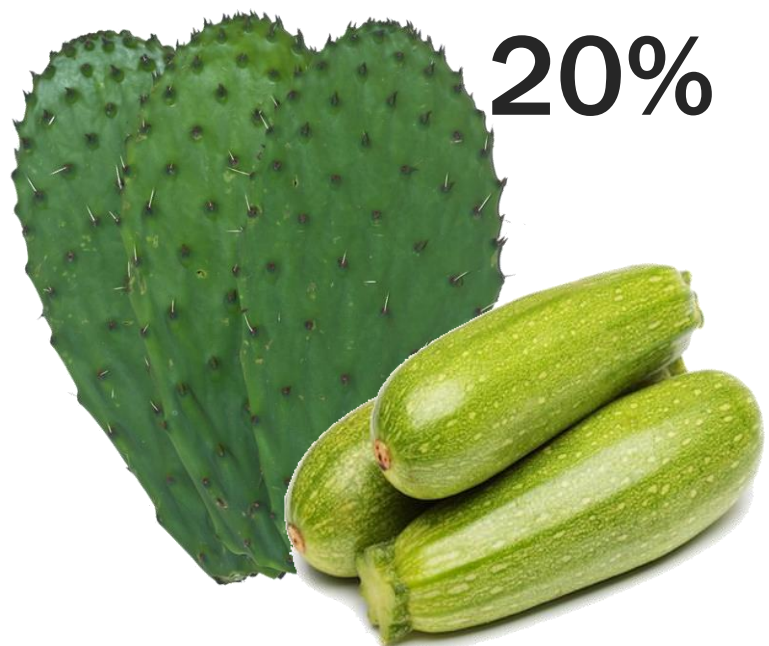
61.9%



Botanas, dulces y postres = Rural/  
Urbana

Proporción de escolares consumidores de grupos de alimentos en México,  
ENSANUT 2016

# DIVERSIDAD EN LA DIETA ESCOLARES EN MÉXICO



20%

= 9.8 millones NO CONSUMEN  
Norte = sólo 12 %



53.4%

= Rural / Urbana

8 de cada 10 niñ@s entre 3 y 12 años  
consumen de 2 a 7 veces / semana

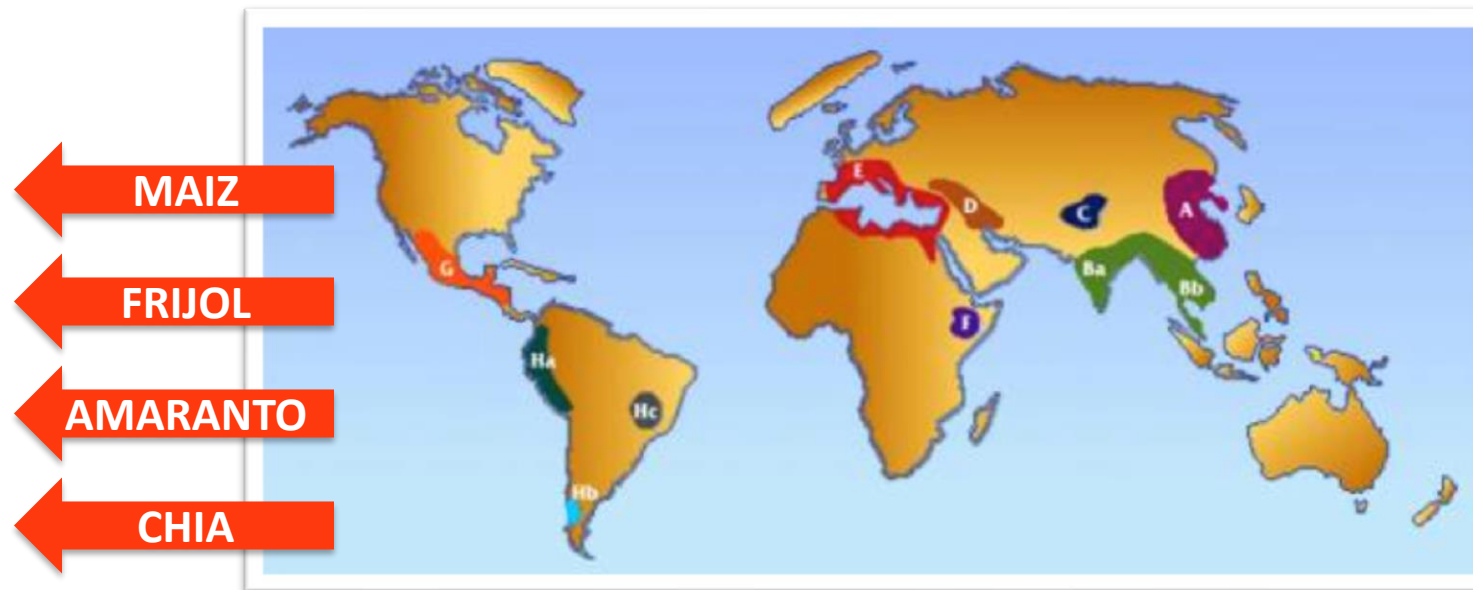
Proporción de escolares consumidores de productos en México, ENSANUT 2016

# BEBIDAS LÁCTEAS



# DISMINUCIÓN DEL CONSUMO DE ALIMENTOS ORIGINARIOS

Refugios irremplazables de la biodiversidad y origen de plantas comestibles. CENTROS VAVILOV

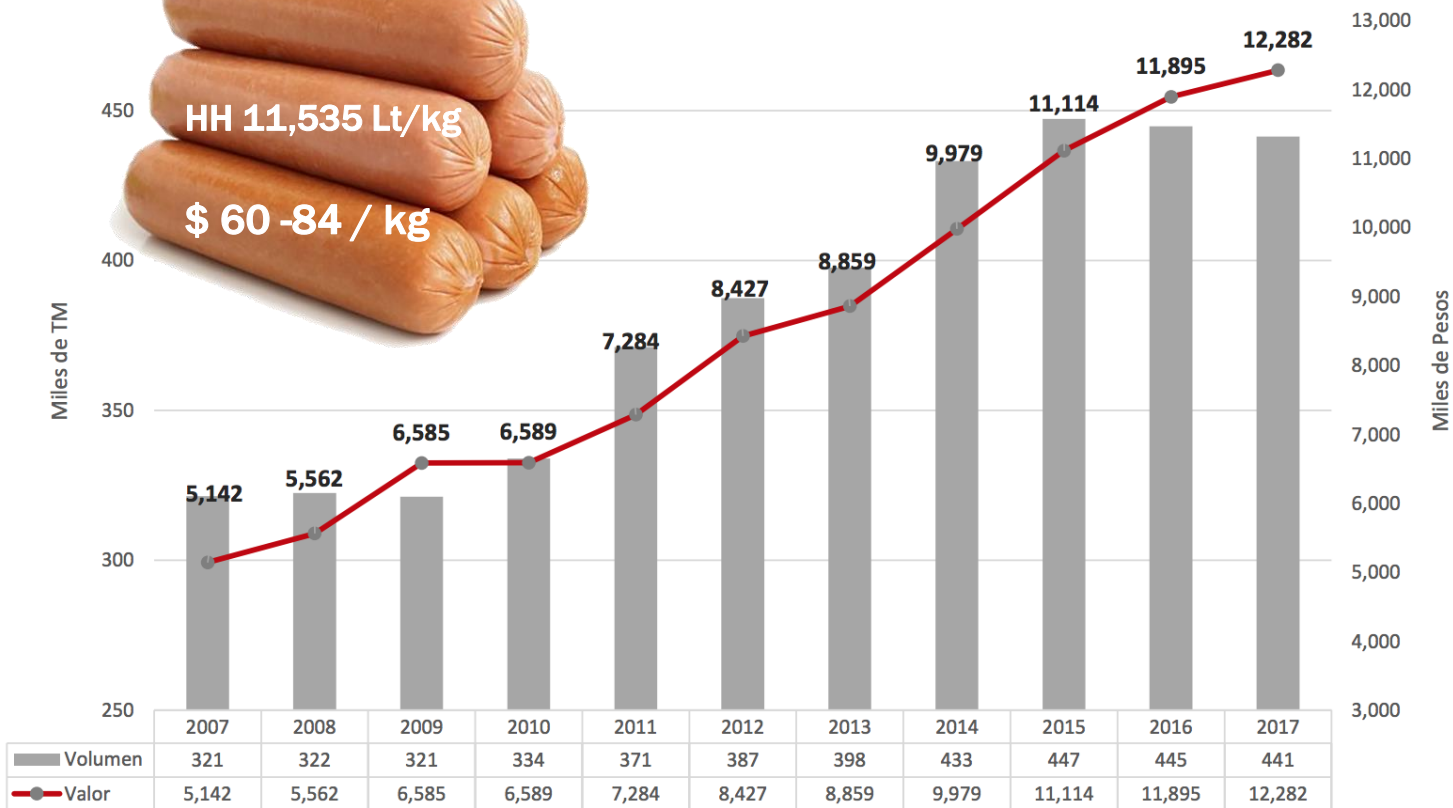


\$ 12, 282 mdp venta salchichas, 2017

\$ 2,079 mdp PrevenIMSS 2019

### VOLUMEN Y VALOR DE LA PRODUCCIÓN DE SALCHICHAS

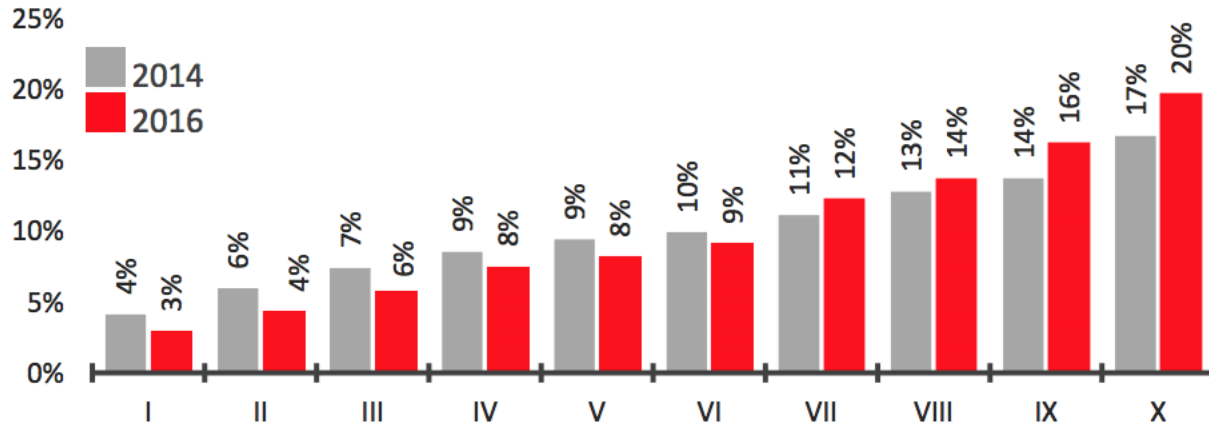
32 %



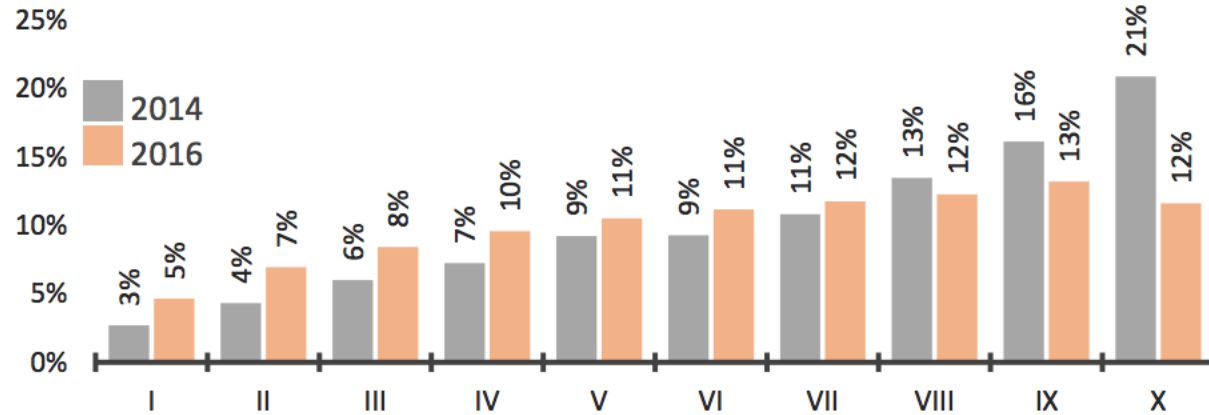
Fuente: Diversidad en la dieta, México, ENSANUT 2016 y Consejo Mexicano de la Carne 2018



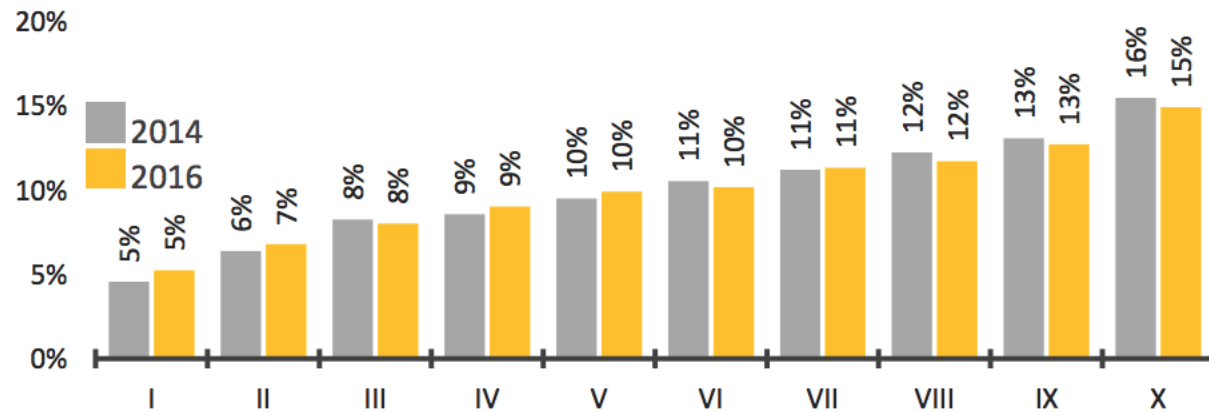
RES



CERDO



POLLO



# VENTA DE CARNES POR DECILES

# COINCIDE: CON “PROSPERA” EL CONSUMO DE GALLETAS EN MEDIO RURAL AUMENTÓ 4000%

97% de las familias las consumen

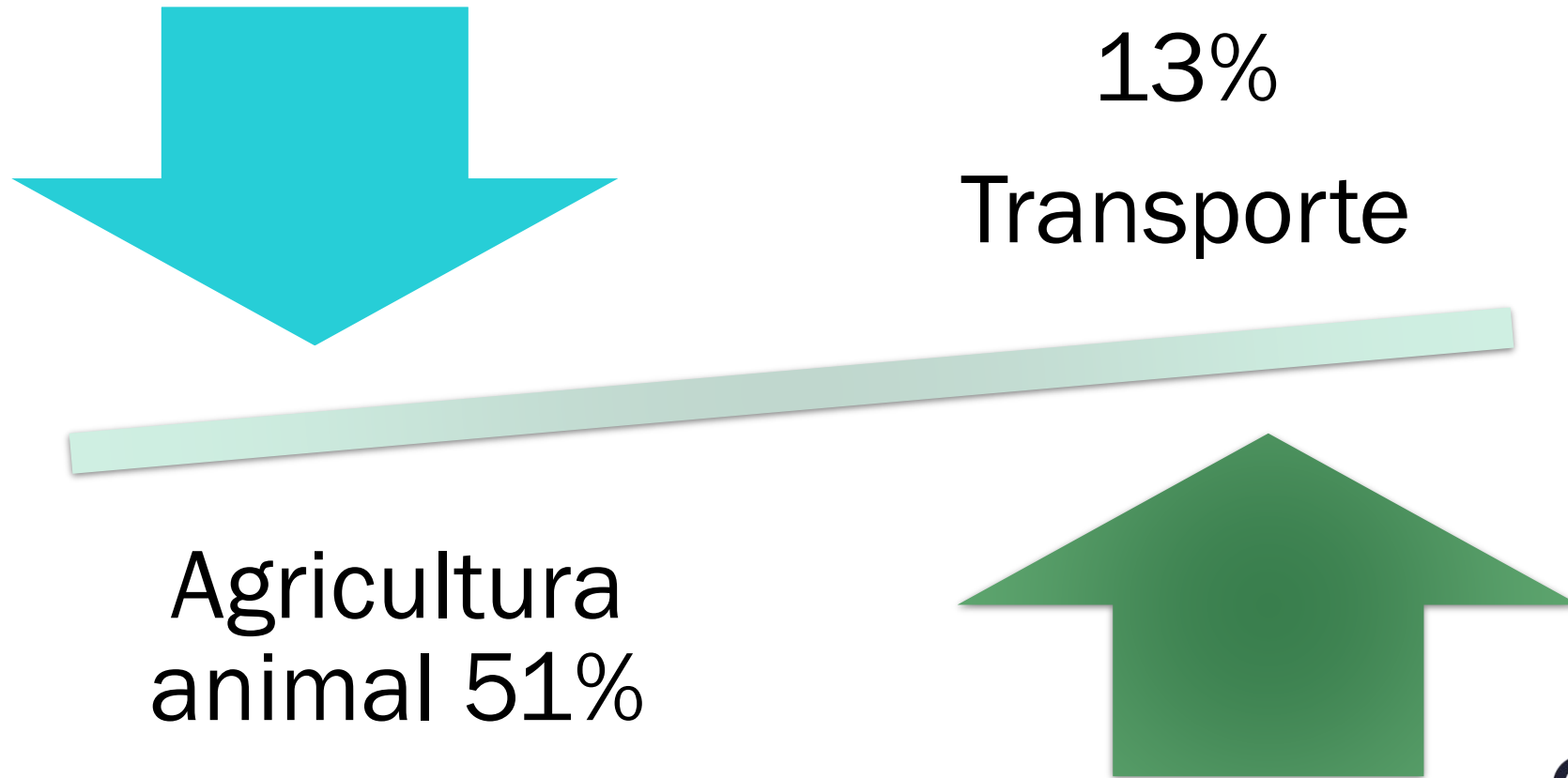
\$ 679 de gasto mensual por familia



Fuente: Énfasis Alimentación, 2015



# CRIAR GANADO PRODUCE MÁS GASES DE EFECTO INVERNADERO QUE TODOS LOS AUTOS, CAMIONES, TRENES, BARCOS Y AVIONES JUNTOS.



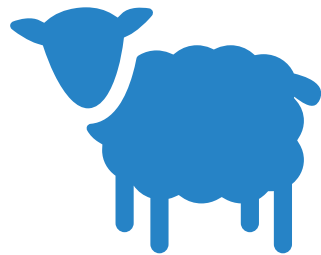
FUENTE: FAO GLOBAL NPP LOSS IN THE DEGRADING AREAS (1981-2003). (FAO GEONETWORK 2008)

[7] SMIT A.L. ET AL. PHOSPHORUS IN AGRICULTURE: GLOBAL RESOURCES, TRENDS AND DEVELOPMENTS. (PLANT RESEARCH INTERNATIONAL B.V., WAGENINGEN, 2009)

# HH CARNES VS CULTIVOS

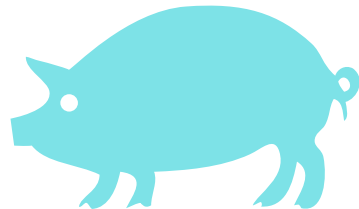
Ganado Lt/kg

Res - 15,400

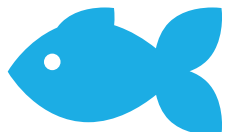


Oveja - 10,400

Cerdo - 6,000



Cabra - 5,500



Pollo - 4,300

Huevo - 800



Cultivos Lt/kg

Cacahuates 2,872



Arroz 2,497



Caña azúcar 1,782



Trigo 1,000



Maíz 900

Naranja 250



FUENTE: [HTTPS://WWW.FUNDACIONAQUAE.ORG/BLOG/INFOGRAFIAS/CUANTA-AGUA-SE-NECESITA-PARA-PRODUCIR-ALIMENTOS/](https://www.fundacionaquae.org/blog/infografias/cuanta-agua-se-necesita-para-producir-alimentos/),

**1 VASO DE LECHE CONSUME 200  
LITROS DE AGUA**



FUENTE: CONAGUA, 2015, "CUIDEMOS EL AGUA QUE MUEVE A MÉXICO", SEMARNAT

**1 ENVASE DE PAPAS FRITAS = 185  
LITROS**



FUENTE: CONAGUA, 2015, "CUIDEMOS EL AGUA QUE MUEVE A MÉXICO", SEMARNAT

# HH POR DESPERDICIO DE COMIDA

130 Lt

Por  
persona

Por día

# DIVERSIDAD EN LA DIETA DE ESCOLARES EN MÉXICO

45.7%



= 5.6 millones de niñ@s

81.5%



= 10 millones de niñ@s

2 millones de niñ@s NO CONSUMEN AGUA

68 muertes diarias

Proporción de escolares consumidores de grupos de alimentos en México, ENSANUT 2016 /  
Mozzaffarian D. (2015) Sweetened Beverages , Tufts University



Comunido de la Comisión EAT-Lancet

Dietas saludables a partir de sistemas alimentarios sostenibles

# Alimentos Planeta Salud



## Ingesta limitada



Carne roja

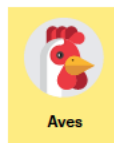


Vegetales almidonados

## Alimentos opcionales



Huevos

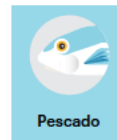


Aves



Productos lácteos

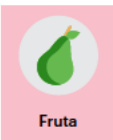
## Alimentos destacados



Pescado



Verduras



Fruta



Legumbres



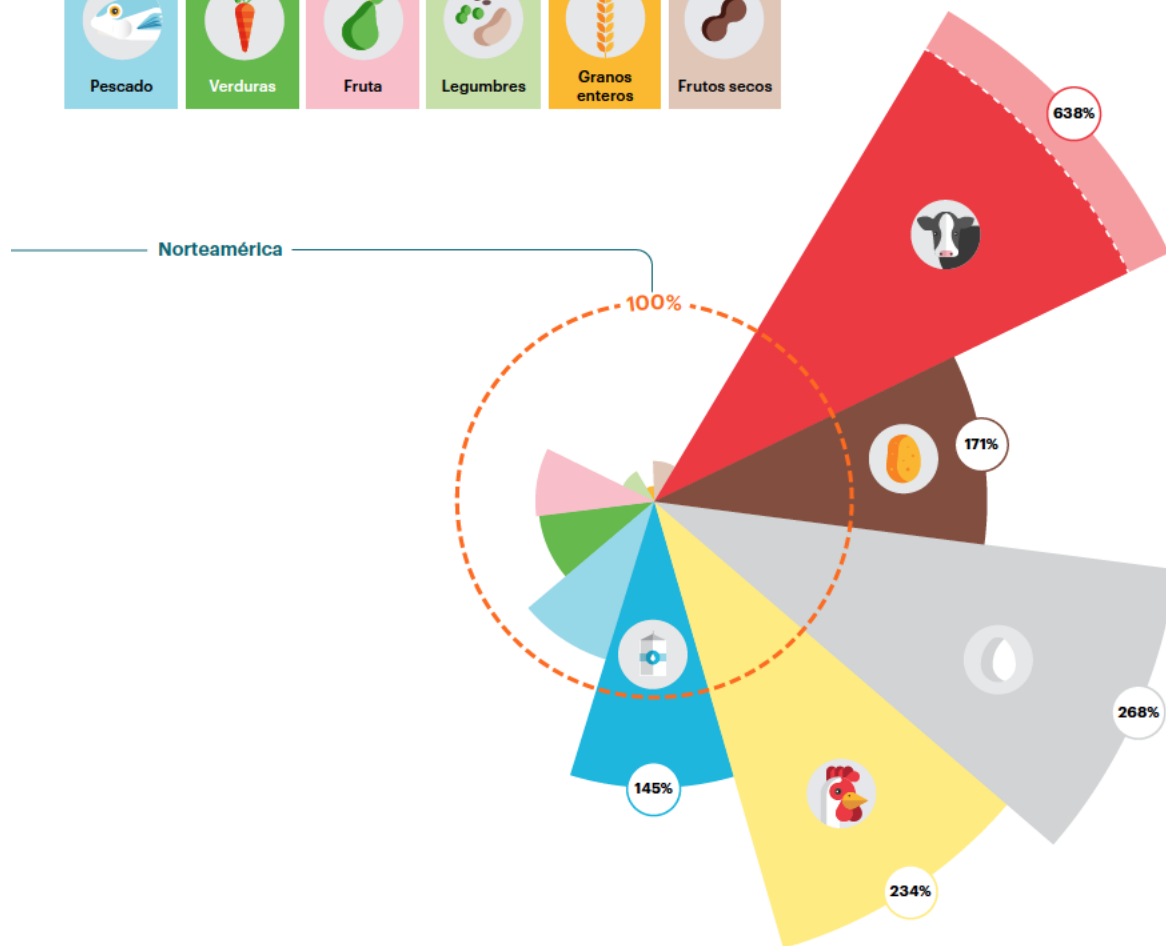
Granos enteros



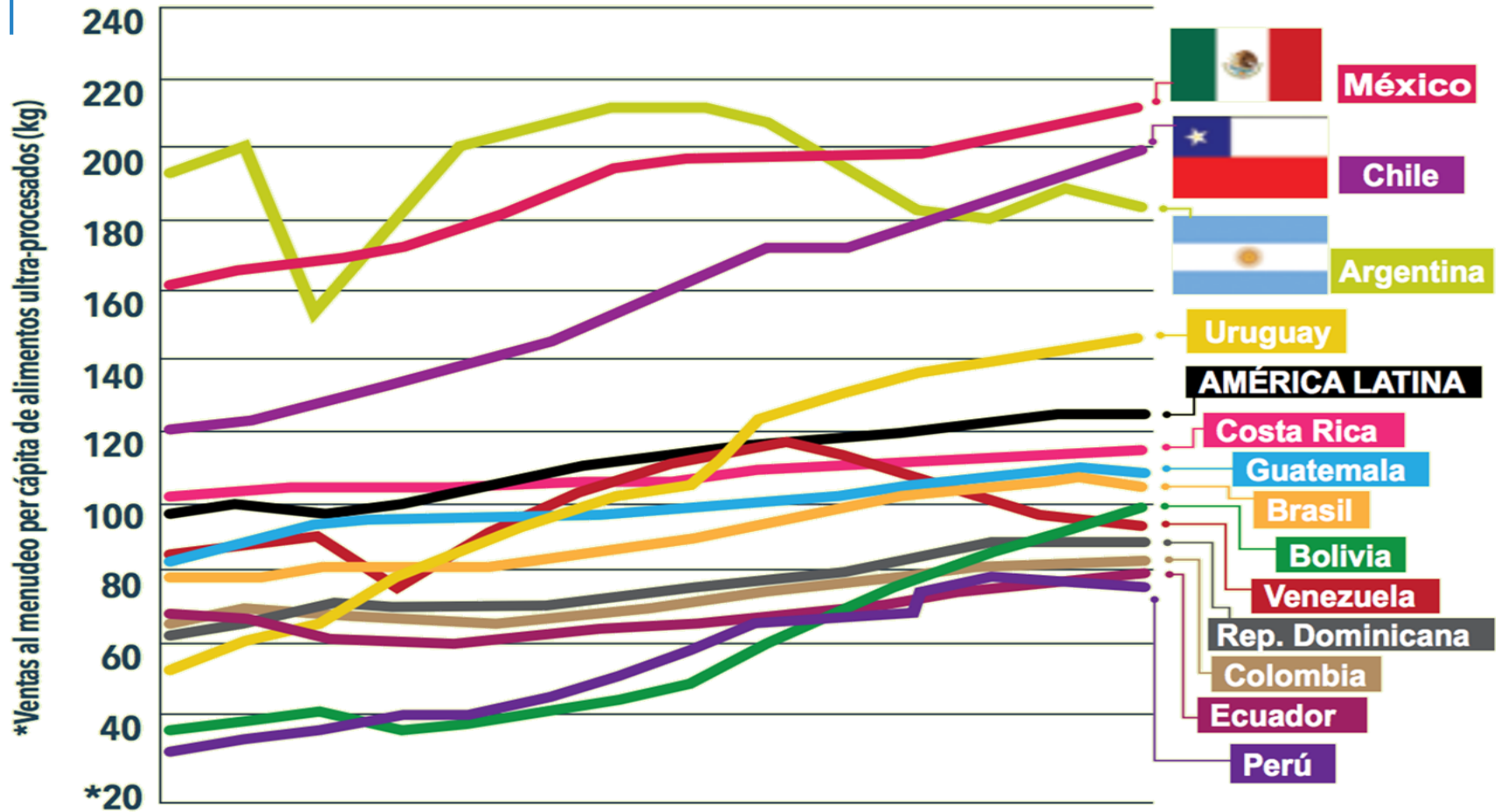
Frutos secos

Gráfico 4

La "brecha dietética" entre los patrones actuales y la ingesta de alimentos en la dieta de salud planetaria.



# VENTA DE ALIMENTOS ULTRA-PROCESADOS Y BEBIDAS AZUCARADAS



A mayor venta de productos ultraprocesados, mayor obesidad.

Fuente: OPS. Alimentos y bebidas ultra-procesados en América Latina: tendencias, efecto sobre la obesidad e implicaciones para las políticas públicas. 2015



# ALIMENTACIÓN INSOSTENIBLE





# Paisaje alimentario



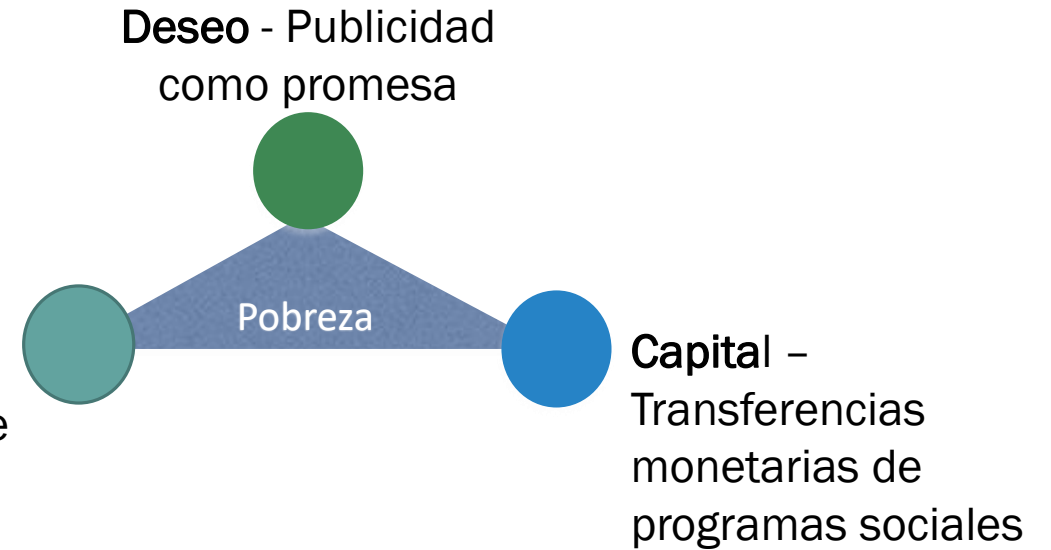
# LA AUTONOMÍA ENTRA ENTRA POR LA BOCA ¿PALADARES SECUESTRADOS?



# CARENCIA INDULGENTE



**Mercancía-**  
Disponibilidad de  
comida chatarra



Consumo chatarra como satisfactor de carencias sociales y emocionales.

- Julieta Ponce, COA Nutrición



# TIRANÍA DE LA ABUNDANCIA

Modelos comerciales de grandes superficies generan la ilusión de elegir un alimento para su consumo.

BARRY SCHWARTZ

# ALIMENTACIÓN

Toda persona tiene derecho a una alimentación nutritiva, suficiente y de calidad. El Estado lo garantizará.



Que haya comida

Que pueda comerse

Que siempre haya

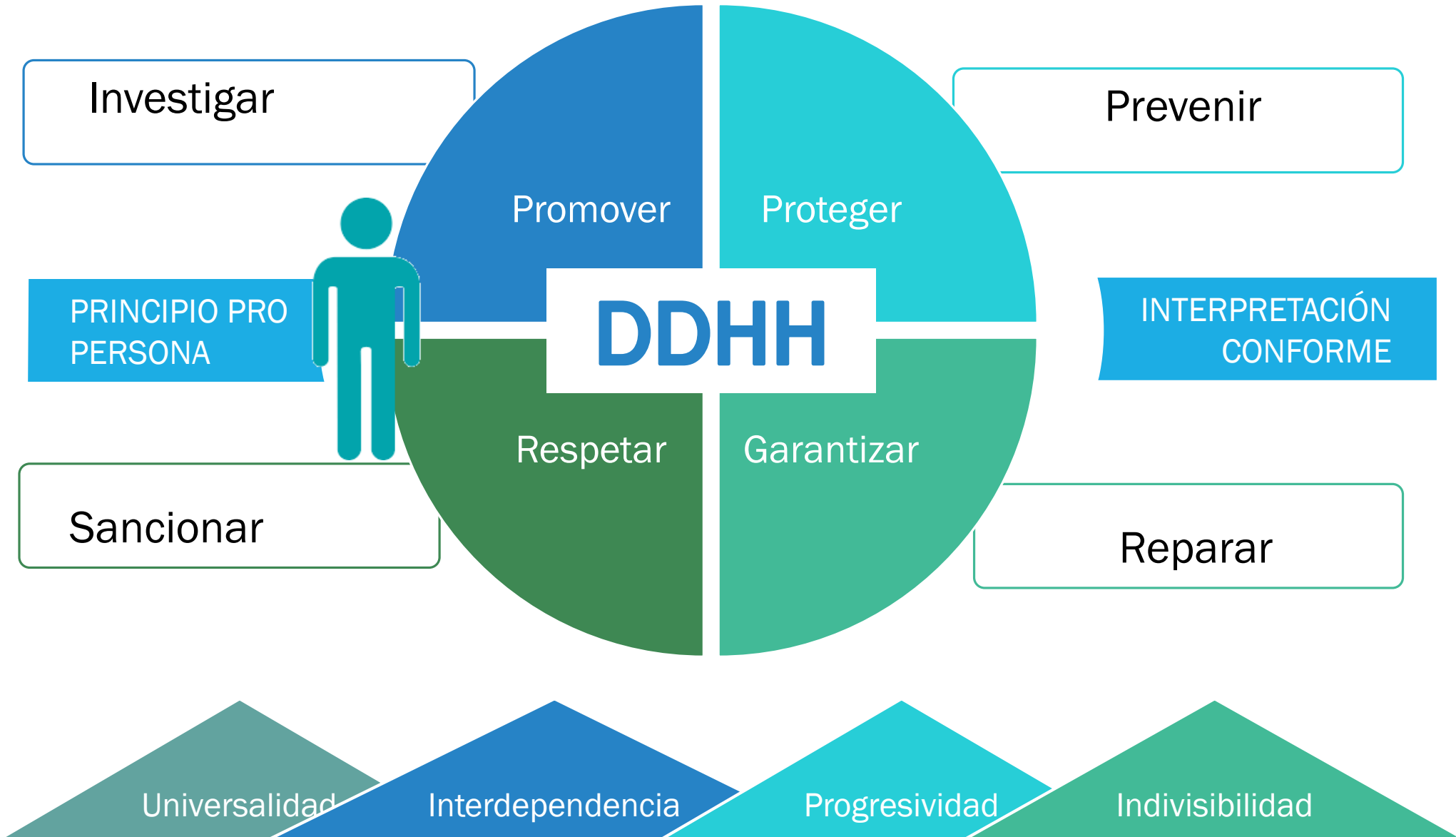
Que se note en las personas

Derecho a la Alimentación

Artículo 1º Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos

E  
S  
T  
A  
D  
O

P  
E  
R  
S  
O  
N  
A  
S





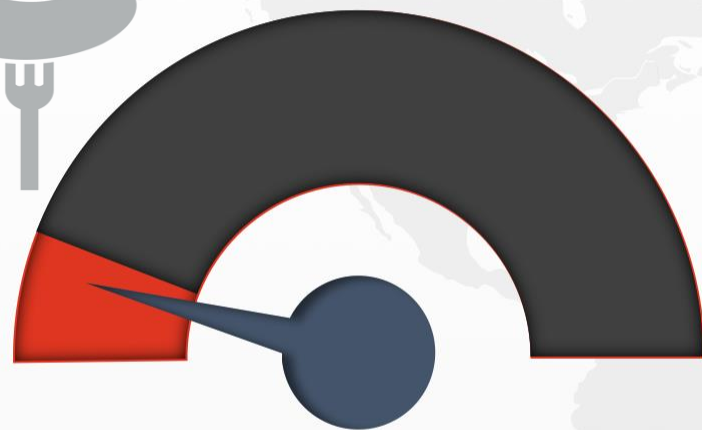
## CRITERIOS PARA DETERMINAR ALIMENTOS ESTRATÉGICOS





**Alimentos  
Estratégicos**

**Productos ultra procesados, con más de 5 aditivos**



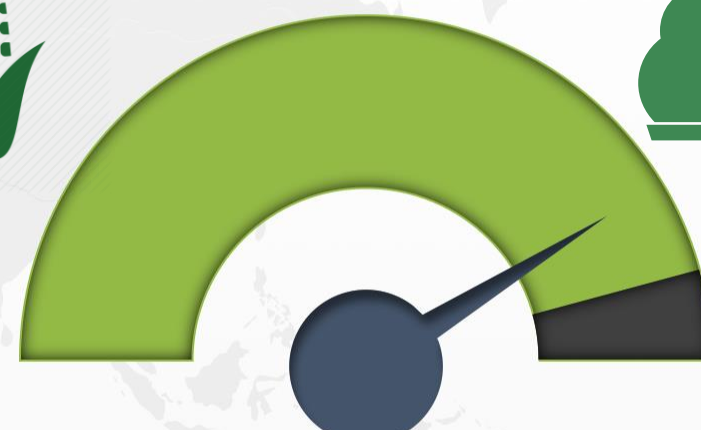
Innecesarios y potencialmente riesgosos

**Alimentos naturales cocidos y fermentados**



Alternativas para alguna comida del día

**Alimentos crudos y cocidos**



Indispensables en cada comida

**NIVEL DEL PROCESAMIENTO DE ALIMENTOS**



01

DETERMINACIÓN DE ALIMENTOS ESTRATÉGICOS DE COCINAS TRADICIONALES

RENOVACIÓN DEL PAISAJE



02

04



CONTENCIÓN DE LAS ENFERMEDADES CRÓNICAS

PROTECCIÓN DE BIODIVERSIDAD, CLIMA, AGUA, COMUNIDADES

03

# CONCLUSIONES

- La industrialización de los alimentos contribuye al cambio climático
- Los productos ultraprocesados provocan más muerte y enfermedad que empleos
- Sembrar, consumir y prescribir alimentos de mínimo nivel de procesamiento es la base de un modelo necesario de orientación alimentaria
- Urge una política pública alimentaria y nutricional basada en alimentos tradicionales a favor del ambiente y la salud pública.



COA Nutrición



@COANut



coa@coa-nutricion.com



56 04 53 89

Bien Comer, Bien Vivir

# ¿Gastrosofía?

Placer de la  
buena cocina  
tradicional,  
nutritiva y  
sustentable.

