

THE CONVERSATION

Rigor académico, oficio periodístico



Shutterstock / KonstantinV9

La libertad de elegir una alimentación saludable frente al negocio de los ultraprocesados

14 junio 2021 22:01 CEST

Miguel Ángel Royo Bordonada

Presidente de la Asociación Madrileña de Salud Pública, Escuela Nacional de Sanidad, Instituto de Salud Carlos III

La malnutrición en todas sus formas es la primera causa de carga global de enfermedad y responsable del 30% de las muertes en el mundo: por desnutrición (defecto), obesidad (exceso) o alimentación insalubre (desequilibrio alimentario y baja calidad nutricional), sus tres caras.

El principal factor causante de la malnutrición en el mundo es la producción y distribución masiva de productos ultraprocesados (UP): alimentos y bebidas ricos en calorías, azúcares, sal y grasas de baja calidad y pobres en fibra, proteínas y micronutrientes esenciales, lo que entendemos por calorías vacías.

Consumir ultraprocesados aumenta la mortalidad

El consumo frecuente de ultraprocesados contribuye a las tres formas de malnutrición. No solo provoca obesidad por exceso de ingesta calórica, sino también alimentación insalubre y desnutrición por mala calidad nutricional y desplazamiento en la dieta de alimentos saludables, frescos o mínimamente procesados.

A la larga, eso se traduce en mayor mortalidad e incidencia de hipertensión arterial, síndrome metabólico, depresión, asma, síndrome del intestino irritable, fragilidad, cáncer y enfermedades cardiovasculares.

Un ejemplo paradigmático de UP son las bebidas azucaradas (refrescos, zumos y bebidas lácteas), con escaso o nulo valor nutricional, que aportan gran cantidad de calorías vacías a la dieta, y sus sustitutos con edulcorantes artificiales acalóricos, cuyo consumo también se asocia con obesidad, diabetes, hipertensión y mortalidad por todas las causas.

Además, el consumo de UP es responsable de más de un tercio de todos los efectos medioambientales relacionados con la alimentación.

En consecuencia, la progresiva penetración de los UP en todos los rincones del mundo constituye un problema de salud pública de primer orden, sobre todo si tenemos en cuenta el crecimiento de su consumo, iniciado hace décadas en los países de altos ingresos y disparado en años recientes en los países de bajos y medios ingresos.

Campañas agresivas, alta palatabilidad y bajos precios

La producción y distribución masiva de UP, acompañada de agresivas campañas de marketing para promocionar su consumo, están detrás de este cambio global en los patrones alimentarios.

Como lo está también el bajo precio de los ultraprocesados, al hacerlos asequibles para la mayoría de la población, debido al bajo coste de las materias primas de mala calidad con que se elaboran y a que los ciudadanos, en lugar de las compañías productoras y distribuidoras, asumen los costes en salud y ambientales de su producción.

Si a esto sumamos su alta palatabilidad, que estimula una mayor ingesta, se cierra un círculo vicioso en el que la industria alimentaria tiene todos los incentivos para seguir produciendo y promocionando el consumo de UP.

De mantenerse las tendencias actuales en la producción, distribución y promoción de UP, el coste global en términos de impacto en salud y medioambiental podría resultar insostenible en las próximas décadas.

Revertir las tendencias actuales y prevenir las consecuencias del consumo masivo de UP pasa por llevar a cabo una gran transformación del sistema agroalimentario que fomente la producción de alimentos saludables y sostenibles, principalmente de origen vegetal, frescos o mínimamente procesados, y que desincentive la producción y promoción de UP por las corporaciones alimentarias.

La implantación de políticas alimentarias para promover un cambio en los patrones de consumo de la población, facilitando el acceso generalizado a una alimentación saludable, constituye el mejor acicate para impulsar esa transformación.

Urge aplicar nuevas políticas alimentarias

La Organización Mundial de la Salud y varios grupos de expertos han elaborado una batería de políticas alimentarias saludables para mover a los países a la acción, articuladas en tres pilares: sistema alimentario, cambio de comportamiento y entorno alimentario.

El grupo de nutrición de la Sociedad Española de Epidemiología ha seleccionado aquellas propuestas cuya implantación en España se considera prioritaria y urgente:

- Proteger a los menores de la publicidad de UP, con una normativa de ámbito estatal;
- Implantar un etiquetado frontal interpretativo;
- Regular la oferta y demanda de alimentos y bebidas mediante políticas de precios y de compra pública de alimentos.

Todo ello debería ir acompañado de campañas de comunicación social para explicar las medidas a la población. Los buenos resultados del impuesto a las bebidas azucaradas en Cataluña, con una reducción progresiva del consumo en el tiempo muestran el camino a seguir.

Si bien el efecto de sustitución por bebidas con edulcorantes artificiales debería tenerse en cuenta al considerar la aplicación de este tipo de impuestos en el resto de España, ya que tampoco están exentas de riesgos para la salud.

Todas las políticas propuestas son coste-efectivas, mínimamente intrusivas, promueven ambientes saludables, actúan sobre poblaciones vulnerables, reducen las desigualdades sociales en salud, aumentan la libertad individual de elección, permiten que las opciones saludables sean asequibles para todos, y cuentan con el apoyo de científicos, organismos y profesionales de la salud y población general.

Sin embargo, con pocas excepciones, el grado de implementación de estas políticas por los gobiernos es escaso o nulo.

Tal es el caso de España, con una estrategia centrada en la responsabilidad individual, que prima las propuestas educativas y sistemas de autorregulación ineficaces, pese a ser uno de los países del mundo con mayores tasas de obesidad.

Captura corporativa de la salud pública

La cuestión es por qué. ¿Por qué la mayoría de países, y en particular España, no ponen en marcha tales políticas? ¿Por qué son descartadas pese a que promueven el bien común y la eficiencia económica? En esencia, por la fuerte oposición que ejercen las compañías de alimentación y publicidad, cuyos intereses económicos se verían afectados.

Este proceso por el cual las decisiones políticas responden al interés particular de un grupo reducido de personas u organizaciones privadas, en detrimento del interés público, es lo que se conoce como captura corporativa de la salud pública.

La captura corporativa, en el ámbito que nos ocupa, trata de anticiparse y responder a iniciativas para regular la promoción y acceso de la población a los UP, con el objeto de impedir o posponer su aplicación. En su lugar, se promueven mecanismos de autorregulación y medidas de carácter exclusivamente educativo, de probada ineficacia.

Grosso modo, la captura corporativa se lleva a cabo en dos etapas claramente diferenciadas, si bien sus estrategias se suelen solapar en el tiempo. La primera etapa aborda la definición de la narrativa y la segunda establece las reglas del juego.

La narrativa se construye mediante dos modalidades de captura. La intelectual, dirigida a captar a científicos y profesionales de la salud y la nutrición, y la social, enfocada principalmente hacia la población general.

Las estrategias de esta primera etapa tienen por objeto promover una buena imagen de las compañías y sus productos, captar consumidores a edades precoces, sesgar los resultados científicos, controlar la formación continuada de los profesionales de la salud y la nutrición, desviar la atención de los efectos perjudiciales de los UP y fomentar una opinión pública contraria a su regulación, tachada falaz y torticeramente de actitud paternalista que limita las libertades individuales.

¿Regular los ultraprocesados es paternalismo?

Muy al contrario, la regulación de los bienes de consumo con efectos perjudiciales para la salud, como los UP, constituye una intervención legítima de los gobiernos para cumplir con su deber de proteger los derechos de los ciudadanos. Especialmente los de los más vulnerables, como los menores o los grupos socioeconómicamente desfavorecidos, cuya libertad de elegir se ve así defendida y potenciada.

El mensaje que afirma que «no existen alimentos buenos o malos, sino dietas bien o mal equilibradas», mil veces repetido a machamartillo, es central en la narrativa de las corporaciones que comercian con alimentos y bebidas UP. Pero lo cierto es que sí existen alimentos buenos (para la salud), como las frutas y las verduras, y malos, como los ultraprocesados. Y los datos científicos que lo demuestran son abundantes y sólidos.

En la segunda etapa de la captura corporativa, dirigida al establecimiento de las reglas de juego, se recurre a las modalidades de captura cultural y material. La captura cultural se desarrolla de forma subrepticia, por interacción continuada e intensa entre los representantes de las corporaciones de la alimentación y la publicidad y los políticos o altos funcionarios del estado. El regulador se ve así expuesto reiteradamente a los enfoques y propuestas de las corporaciones, en detrimento de la perspectiva de la ciudadanía y los expertos en salud y nutrición independientes, volviéndose más proclive a sus intereses.

Los reguladores se ven más inclinados a adoptar posiciones de personas pertenecientes a su grupo cercano (identidad de grupo), su estatus social, intelectual o económico (identidad de estatus) y sus redes sociales (identidad de relación).

En cuanto a la captura material o corrosiva, puede ser de carácter legal, como las puertas giratorias, las donaciones a partidos políticos y la labor de los *lobbies*, o ilegal, como la corrupción.

El resultado final es una regulación injusta o la ausencia de regulación cuando esta es necesaria para la protección del bien común y los derechos de la ciudadanía, que resultan así dañados. Las mismas estrategias, por cierto, que han desplegado antes las compañías del tabaco y las bebidas alcohólicas.

Para allanar el camino hacia las políticas alimentarias saludables y sostenibles es preciso documentar y denunciar las tácticas de captura corporativa, contrarrestar la narrativa dominante, promover campañas de comunicación y concienciación social, y establecer reglas del juego justas, al estilo del Convenio Marco de la OMS para el Control del Tabaco.

Las alianzas de científicos y profesionales de salud pública con organizaciones y movimientos ciudadanos (oenegés de alimentación, ecología, cooperación y solidaridad, consumo responsable, cooperativas y sindicatos agrarios, asociaciones de consumidores, de padres y madres, etc.) son imprescindibles para impulsar una agenda alimentaria saludable y sostenible. Una agenda que se concreta en propuestas como la campaña *Defiéndeme*, de la Alianza por una Alimentación Saludable, para regular la publicidad de UP (alimentos y bebidas malas para la salud) en España.

Pliego de descargo: El contenido de este artículo es responsabilidad exclusiva del autor y no representa necesariamente el punto de vista del Instituto de Salud Carlos III.