

Food Technology Summit

3^{ra}
EDICIÓN

Argentina 2012

23 DE OCTUBRE

ESPACIO DARWIN - HIPÓDROMO DE SAN ISIDRO

▶ CONFERENCIAS GRATUITAS

Situación nutricional en Argentina
*Estadísticas, proyectos
y calidad de la alimentación*

- ◆ **Lic. Sergio Britos**, *Coordinador del Programa sobre Buenas Prácticas Nutricionales, Programa de Agronegocios y Alimentos, UBA.*
- ◆ **Dr. Sebastián Laspiur**, *Director de Promoción de la Salud y Control de Enfermedades No Transmisibles del Ministerio de Salud de la Nación.*
- ◆ **Dr. Edgardo Ridner**, *Presidente de la Sociedad Argentina de Nutrición.*

¿ Qué comemos los argentinos ? Brechas en alimentación saludable 2011

Sergio Britos
Agustina Saraví
Nuria Chichizola
Florencia Silva



**Cátedra de Política Alimentaria
Escuela de Nutrición UBA**



Hoja de Consumo de Alimentos

- ▶ **Hortalizas**
- ▶ **Frutas**
- ▶ **Carnes, frescas y procesadas**
- ▶ **Leche, yogur y quesos**
- ▶ **Pastas, arroz, legumbres, harinas**
- ▶ **Aceites**
- ▶ **Pan y panificados salados**
- ▶ **Productos de panificación dulces**
- ▶ **Grasas y aderezos**
- ▶ **Golosinas**
- ▶ **Alfajores**
- ▶ **Bebidas**
- ▶ **Snacks**

Adecuación del consumo a metas de alimentación saludable

NUTRIENTE	META	INGESTA APARENTE
Grasas totales (% de las Kcal totales)	15-35 %	31 %
Grasas saturadas (% de las kcal totales / % de las grasas totales)	< 10% de las Kcal totales 30 % de las grasas totales	12 % / 36 %
Grasas trans (% de las kcal totales)	< 1 %	0,5 %
Sodio (gr)	< 2 gr	4,5 gr
Azúcares agregados (% de las Kcal totales)	10 %	18 %
Kilocalorías dispensables (% de las Kcal totales)	13-17 %	29 %
Frutas y Hortalizas (gr)	> 400 gr	330 gr
Fibra (gr)	< 25 gr	18 gr

Brechas alimentarias y nutricionales (% respecto de un patrón alimentario saludable)

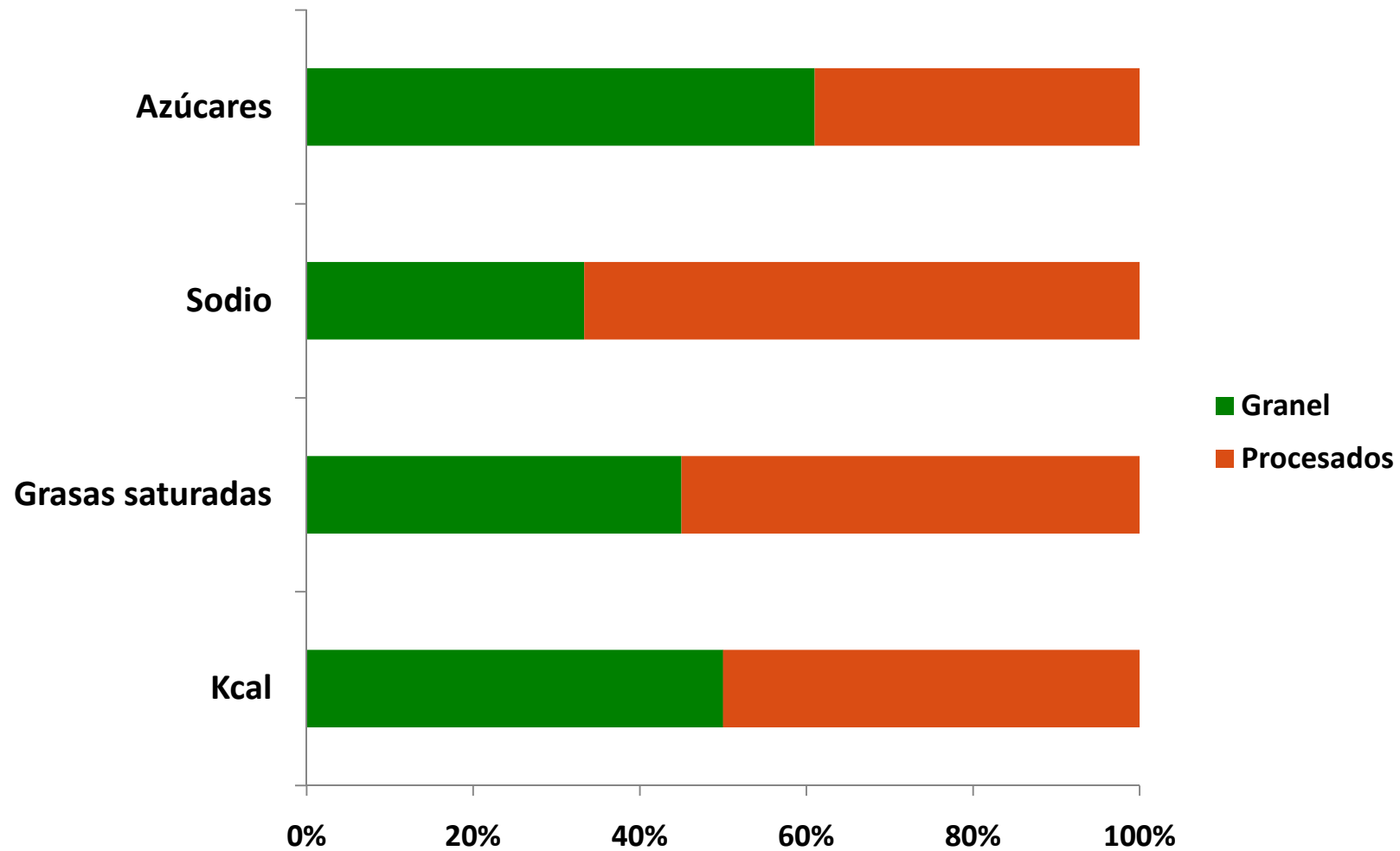
GRUPO DE ALIMENTOS	BRECHAS ALIMENTARIAS (diferencia -positiva o negativa- respecto de un patrón saludable)	BRECHAS NUTRICIONALES (diferencia -positiva o negativa- respecto de un patrón saludable)		
		GRASAS SATURADAS	SODIO	AZÚCARES
Hortalizas	- 43 %			
Frutas	- 46 %			
Lácteos	- 45 % (80% del consumo con grasa regular)	100 %	27 %	35 %
Carnes	97 % (solo 25% del consumo cortes magros)	63 %	190 %	0 %
Pastas, arroz, legumbres	- 49 %			
Harinas y hortalizas feculentas	250 %			
Pan	100 %		40 %	

Origen de las kilocalorías dispensables según tipo de producto (% sobre el total de Kcal dispensables)

TIPO DE PRODUCTO	%
Bebidas e infusiones azucaradas	38
Dulces y mermeladas	13
Azúcar de mesa	12
Grasa en exceso de carnes	12
Grasa en exceso de lácteos	11
Grasas sólidas	7
Golosinas	3,5
Galletitas dulces, facturas, alfajores	2,5
Galletitas y panificados salados	0,75

29 % de las Kcal diarias !!!!!!!!!!!!!

Alimentos a granel y altamente procesados



Indice de Alimentación Saludable

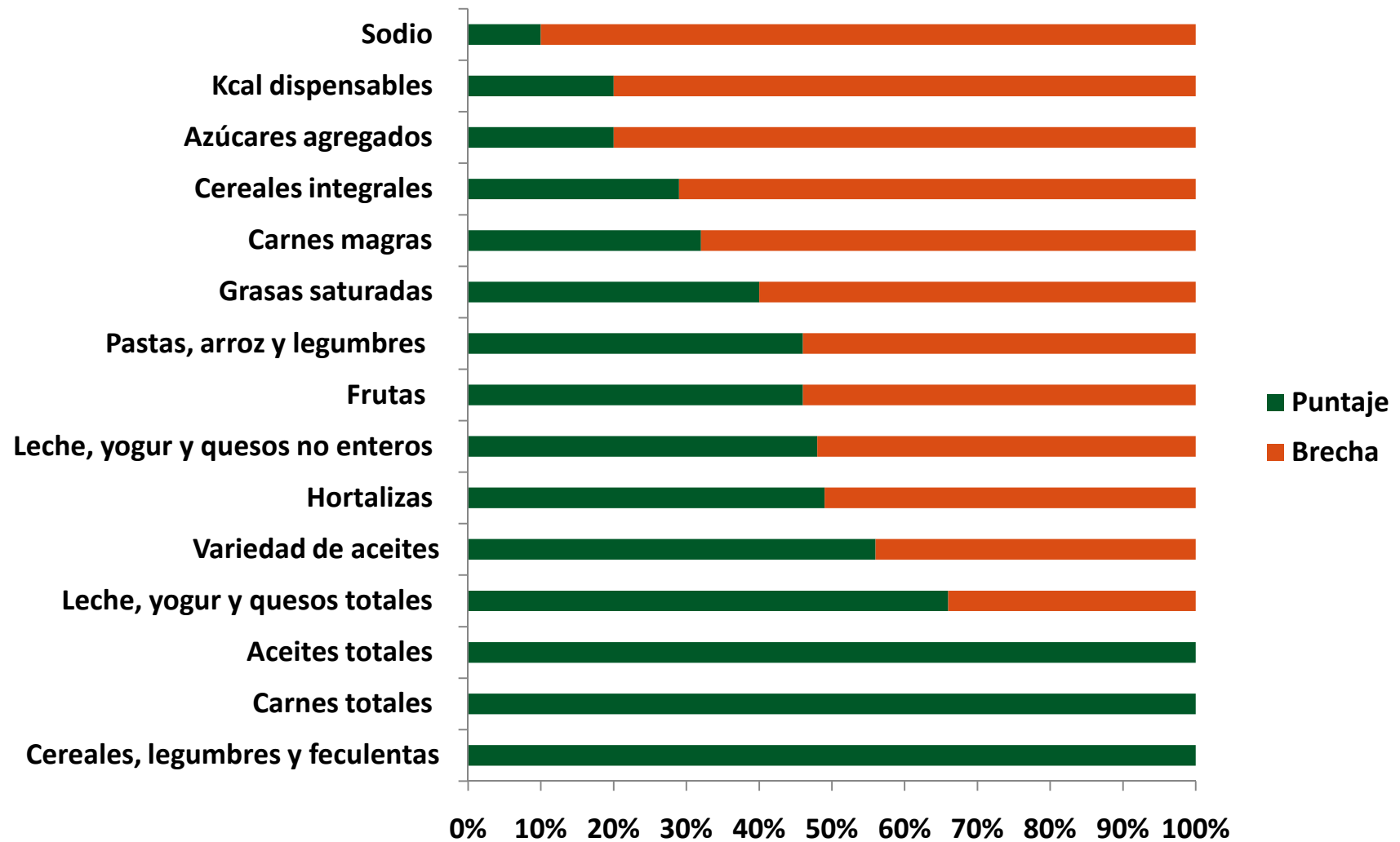
-IAS-

- ▶ Basado en el Healthy Eating Index (USDA)
- ▶ 15 indicadores → puntaje individual y sumatoria
- ▶ 60% del puntaje: conformación saludable de la dieta según grupos de alimentos
- ▶ 40% del puntaje: metas sobre grasas saturadas, sodio, azúcares y kcal dispensables

Índice de Alimentación Saludable (IAS)

COMPONENTE	MÁXIMO PUNTAJE POSIBLE	PUNTAJE EN EL EAS 2011
Frutas	10	4,6
Hortalizas	10	4,9
Cereales, legumbres, hortalizas feculentas y pan	3	3
Pastas, arroz y legumbres	3,5	1,6
Cereales integrales	3,5	1,1
Leche, yogur y quesos totales	5	3,3
Leche, yogur y quesos no enteros	5	2,4
Carnes totales	5	5,0
Carnes magras	5	1,6
Aceites totales	5	5,0
Variedad de aceites (fuentes diferentes a ácidos grasos omega 6)	5	2,8
Grasas saturadas	10	4,0
Sodio	10	1,0
Azúcares agregados	10	2,0
Kcal dispensables	10	2,0
TOTAL	100	44,3

Índice de Alimentación Saludable (IAS)



Recomendaciones

- ▶ **La dieta en su conjunto**
- ▶ **Generar accesibilidad (oportunidades, entornos) para el consumo de alimentos saludables**
- ▶ **Penetración en hogares, frecuencia de consumo, incidencia en la dieta como factores para decidir intervenciones**
- ▶ **Regulaciones competitivas, que faciliten mejores desarrollos**
- ▶ **Alimentación escolar como oportunidad**
- ▶ **Mensajes apropiados y basados en la evidencia en las nuevas Guías Alimentarias Argentinas**