Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

La lucha contra el azúcar y la grasa frenada por el lobby de la industria alimentaria

La obesidad es un problema cada vez mayor en las últimas décadas. La obesidad está relacionada con problemas de salud graves como las enfermedades cardiovasculares y cerebrales, diabetes, hipertensión arterial, dislipemia y algunos tipos de cáncer.

En 2005 se lanzó en España un proyecto para prevenir la obesidad, principalmente dirigida hacia los niños, jóvenes y grupos de población más desfavorecidos. Este proyecto consiste en la implicación y colaboración de todos los sectores y agentes de la sociedad tanto públicos como privados. La estrategia NAOS promueve la accesibilidad de una alimentación variada, equilibrada y moderada tanto en el consumo calórico, como el contenido en grasas, azúcares y sal.

Sin embargo, escasas **industrias** hacen caso a este proyecto a causa de sus intereses comerciales y económicos. Una empresa de zumos muy pocas veces o nunca se va a preocupar de si su producto cumple los requisitos para ser un producto saludable. Lo que les importa es vender y que llegue a toda la gente posible.

Imagen tomada de la web de Antonio Rodríguez Estrada: sinazucar.org

Un medio muy potente de las industrias es la **publicidad**. Trabajan con las emociones de la gente. Saben lo que nos preocupa, lo que nos gusta, lo que nos enfada. Utilizan un lenguaje que nos persuade para que sus productos parezcan algo necesario y sano, impuesto por la sociedad y que los significa como identidad de grupo. Sobre todo afecta a los más vulnerables, a los menos críticos y a los que poseen una menor educación.

Por ejemplo, en el caso de Nocilla (una crema untable de cacao de origen español) lo primero que verás en sus

productos es “Sin aceite de palma”, en letras grandes y bien visible para el consumidor. Ahora está muy de moda el aceite de palma porque es muy económico, pero al tratarse de una grasa saturada no es sano porque aumenta el colesterol y el riesgo de enfermedades cardiacas. Pero, ¿hay algo más aparte de cacao? Según sinAzucar.org **el 56% de lo que contiene** un bote de Nocilla “sin aceite de palma” son **azúcares añadidos**. Otro caso bastante llamativo es el del Cola Cao, con un 70% de azúcares añadidos. Una barbaridad, ¿verdad?

Estos son algunos de los millones de productos que parece que es obligatorio comer cada día. Juegan con nuestras emociones y no quieren que descubramos la cruda y azucarada realidad.

¿Han decidido poner a los lobos para cuidar de las ovejas? El lobo por su naturaleza terminará comiéndose a las ovejas. El Estado debe ser más riguroso y estricto con las empresas alimentarias. También podemos escoger alimentos frescos y cocinarlos en casa y así toda la familia ganará en salud.

Fecha de publicación: 25-04-2020

Autor/es:

- María Ortega Fernández. Estudiante de Grado de Medicina.. Universitat Pompeu Fabra. Barcelona.

CC BY NC ND