



DEPARTAMENTO DE COMUNICACIÓN

FECHA: 28/02/2008

FUENTE: El Mundo

Menos años de vida por la alimentación de hoy

A finales de los años 60, el estado nutricional de nuestro país era deficiente y desequilibrado. Los españoles no alcanzaban el nivel de calorías de los países y presentaban un alto consumo de pan, patatas, pescados y verduras, frutas y legumbres. España aparecía por debajo de la media en el consumo de carne, leche y huevos. Sin embargo, en los años 80, la comida moderna irrumpe en las cocinas de nuestros hogares, llegan la pasta, el arroz y los dulces industriales, ocupando el hueco dejado por las legumbres. Todo ello conduce a la aparición de nuevos problemas alimentarios asociados al aumento del colesterol y a los excesos de calorías.

Un informe realizado por la Fundación La Caixa analiza las consecuencias de estos cambios. En una sociedad caracterizada por la sobreabundancia alimentaria, la obesidad infantil y juvenil crece alarmantemente y proliferan otras patologías asociadas a la nutrición como la anorexia, la bulimia o la ortorexia. Estos factores pueden provocar, según el trabajo, que por primera vez los hijos tengan menor esperanza de vida que sus padres. Los problemas alimentarios aparecen unidos a fenómenos sociales que tienen poco que ver con la escasez y mucho con la abundancia y la globalización. Según el informe, nunca había habido tanta información sobre cómo comer sano, ni tampoco tanta confusión. También la elección de los alimentos que consumimos se la debemos a la sociedad moderna. Los productos frescos son menos accesibles, a diferencia de los precocinados o de consumo inmediato, comidas con alto contenido en azúcares y grasas. El 52% de los consumidores dice que tiene en cuenta la salud al elegir alimentos. Pero el 91% reconoce que come lo que le apetece o le gusta. "No sabemos lo que comemos", resume Cecilia Díaz, profesora de sociología de la Universidad de Oviedo y una de las encargadas de presentar el informe.