

Revista Electrónica

REDCien

EDICIÓN ESPECIAL

**MEMORIAS DEL PRIMER ENCUENTRO NACIONAL DE
NUTRIÓLOGOS**

Colegio Mexicano de Nutriólogos, A.C.

Puebla, Puebla, México

01 y 02 de agosto del 2024



**ENCUENTRO NACIONAL
DE NUTRIÓLOGOS**
DEL COLEGIO MEXICANO DE NUTRIÓLOGOS, A.C.



LAS DIETAS ACTUALES, PIEZA CLAVE EN LA SALUD PLANETARIA

Current diets, a key factor in planetary health

Monroy Torres Rebeca

Departamento de Medicina y Nutrición, Campus León, Universidad de Guanajuato.
Contacto ponente: rmonroy79@gmail.com

RESUMEN

Este 2024, ha sido el año donde la temperatura alcanzó niveles históricos, a la vez que se cumplen dos años en que el 28 de julio se declaró al acceso a un medio ambiente limpio, saludable y sostenible como un derecho humano, universal por las Naciones Unidas. La triple crisis planetaria corresponde al Cambio climático, la pérdida de Biodiversidad y la contaminación, donde los retos son grandes y que requieren de la participación de toda la sociedad, incluyendo a una de las profesiones que dependemos de una seguridad alimentaria y nutricional para que nuestras accesiones logren materializarse, porque la seguridad alimentaria implica que todas las personas tenga acceso, continuo y permanente a una alimentación que aporte cada uno de los diferentes macro y micronutrientes que nuestro organismo necesita, ya sea para mantenimiento o en periodos de crecimiento; a la definición anterior se le agrega que sea culturalmente aceptable, vinculada a los gustos y preferencias de las personas; pero a lo anterior, con la reciente declaración al medio ambiente, se debe considerar que sea de bajo impacto ambiental (por ejemplo, bajas o cero emisiones de CO₂ o en huella hídrica). Por otro lado, esta crisis climática atenda el cumplimiento de las metas globales como la agenda de los Objetivos del Desarrollo Sostenible, el acuerdo de París y la salud planetaria. La inseguridad alimentaria, hídrica y a un medio ambiente sano se ha exacerbado en la poblaciones más vulnerables, quienes no tienen acceso físico y económico a una alimentación adecuada, pero esto también se observa en otros estratos socioeconómicos.

La evidencia en Guanajuato, refleja particularidades, pero con los mismos impactos en salud y a los ecosistemas de todo el territorio del país.

La Comisión E-Lancet, en el 2019, plantea se establezca una dieta rica en alimentos de origen vegetal y con menos alimentos de origen animal, que confiera una buena salud y beneficios ambientales. Pero esto debe ser analizado desde cada territorio y cultura nacional e internacional, destacando a países como los Estados Unidos que presentan los consumos de carne más altos del planeta, con mayores impactos en la huella hídrica y por ende a otros indicadores ambientales. Por lo que las dietas actuales deben ser transformadas, con base a estos casos específicos o especiales, por ejemplo México, su población presenta una dieta basada en bebidas azucaradas (en especial el refresco), productos ultraprocesados, siendo uno de los países con la mayor biodiversidad.

Por ello, pensar en dietas planetarias sanas, debe ser aquellas donde el profesional de la Nutrición tome en cuenta todo su proceso desde su cultivo, hasta su transporte, empaque y acceso al consumidor (riesgo de desperdicio o consumo o si es un producto que favorece o perjudica a la salud).

Por lo que las reflexiones y aprendizajes finales serían:

- Tener estrategias para la dieta en México donde predominan las bebidas azucaradas principalmente el refresco.
- Los ingredientes han cambiado (cultivos, calidad del aire, agua y suelo).
- El fraude alimentario está en aumento.

- Los Sistemas alimentarios sostenibles vs sistemas económicos legendarios y sistemáticamente perpetuados, deben posicionarse en la agenda gubernamental.
- La dieta deberá estar basada en ingredientes locales principalmente.
- La evidencia sobre los entornos alimentarios clave para comprender la conducta alimentaria como los desiertos alimentarios (Rousham et al., 2023).
- El importante papel del Nutriólogo y nutrióloga en integrar la evidencia integral, congruente con temas de acción climática.
- Conocer y vigilar la Ley General de la Alimentación adecuada y sostenible.
- Necesitamos conocer lo qué sucede en los demás territorios del país.
- No se tiene considerado todo el impacto ambiental de los tóxicos que están en envolturas de alimentos, los plásticos, el agua embotellada, etc (Pfas, disruptores hormonales).

Si queremos garantizar una dieta sustentable, tendremos que considerar su impacto ambiental en el aire, agua, suelo e impacto en la pérdida de la biodiversidad, es decir su costo ambiental y en la salud de la población.

DECLARACIÓN DE CONFLICTOS DE INTERÉS

La autora declara no tener ningún conflicto de interés.

FINANCIAMIENTO

No se recibió ningún tipo de financiamiento

Revista electrónica

REDCiEN

DERECHOS DE AUTOR Y DERECHOS CONEXOS, año 5, No. 13, Enero-junio 2025, Edición Especial, es una publicación especial editada por el Colegio Mexicano de Nutriólogos, calle Carolina #106 Colonia Nochebuena, C.P. 03720, Delegación Benito Juárez, México D.F., México. Tel. (55) 63795074. Ext. 106, www.redcien.com, redcien@cmn.org.mx. Editora responsable: Dra. Edna Judith Nava González. Reserva de Derechos al Uso Exclusivo No. 04-2024-070213464600-102, ISSN: "en trámite", ambos otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor. Responsable de la última actualización de este Número, REDCiEN, Colegio Mexicano de Nutrólogos, A.C., LN Nancy Guadalupe Valenzuela Rubio, calle Carolina #106 Colonia Nochebuena, C.P. 03720, Delegación Benito Juárez, Ciudad de México, fecha de la última modificación, 27 de diciembre, 2025.