



Secretariat HLPE c/o FAO
Viale delle Terme di Caracalla
00153 Rome, Italy

Sitio web: www.fao.org/cfs/cfs-hlpe
Correo-e: cfs-hlpe@fao.org

Grupo de alto nivel de expertos en seguridad alimentaria y nutrición

Fragmento del informe¹ *La nutrición y los sistemas alimentarios*

Resumen y recomendaciones

En su 42.º período de sesiones, celebrado en octubre de 2015, el Comité de Seguridad Alimentaria Mundial (CSA) solicitó al Grupo de alto nivel de expertos en seguridad alimentaria y nutrición (GANESAN) que preparara un informe sobre *La nutrición y los sistemas alimentarios* para que se presentara en el 44.º período de sesiones del CSA, en octubre de 2017. Se trata de un tema de gran pertinencia para los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), para la aplicación de la Declaración de Roma sobre la Nutrición de 2014 y del consiguiente Decenio de las Naciones Unidas de Acción sobre la Nutrición, y para la satisfacción del derecho a una alimentación adecuada.

El presente informe responde a un doble objetivo: i) analizar cómo influyen los sistemas alimentarios en los hábitos dietéticos de las personas y los resultados nutricionales; ii) poner de relieve políticas y programas efectivos que pueden ayudar a configurar los sistemas alimentarios, mejorar la nutrición y velar por la sostenibilidad de la producción, la distribución y el consumo de alimentos y proteger a un tiempo el derecho universal a una alimentación adecuada. En el informe se presentan estudios de caso breves para ilustrar la gran variedad de experiencias prácticas en diferentes contextos. También se presenta un conjunto de *recomendaciones* orientadas a la acción que los Estados y demás partes interesadas podrán utilizar como base para la *participación del CSA en la promoción de la nutrición* y la contribución del CSA al Decenio de las Naciones Unidas de Acción sobre la Nutrición (2016-2025).

¹ HLPE, 2017. *La nutrición y los sistemas alimentarios*. Un informe del Grupo de alto nivel de expertos en seguridad alimentaria y nutrición del Comité de Seguridad Alimentaria Mundial, Roma, 2017. El informe completo se publicará próximamente en el sitio web www.fao.org/cfs/cfs-hlpe/es.

RESUMEN

PRELIMINARES: ENFOQUE Y MARCO CONCEPTUAL

1. El objetivo del presente informe consiste en analizar la influencia de los sistemas alimentarios en las dietas y la nutrición. Ofrece tres importantes consideraciones ausentes en los marcos anteriores. En primer lugar, hace hincapié en el papel de las dietas como nexo básico entre los sistemas alimentarios y sus consecuencias en la salud y la nutrición. En segundo lugar, pone de relieve el papel central del entorno alimentario con vistas a propiciar elecciones alimentarias saludables y sostenibles por parte de los consumidores. En tercer lugar, tiene en cuenta los efectos de la agricultura y los sistemas agrícolas sobre las tres dimensiones de la sostenibilidad, a saber, económica, social y ambiental.
2. Un *sistema alimentario* engloba todos los elementos (medio ambiente, personas, insumos, procesos, infraestructuras, instituciones, etc.) y actividades relacionados con la producción, la elaboración, la distribución, la preparación y el consumo de alimentos, así como los productos de estas actividades, incluidos los resultados socioeconómicos y ambientales. En este informe se presta especial atención a las consecuencias de los sistemas alimentarios en la nutrición y la salud. Se establecen los tres elementos integrantes de los sistemas alimentarios, que actúan como puntos de entrada y salida de la nutrición: las cadenas de suministro de alimentos, los entornos alimentarios y el comportamiento de los consumidores.
3. La *cadena de suministro de alimentos* abarca todas las etapas que recorren los alimentos desde su producción hasta su consumo, en concreto, producción, almacenamiento, distribución, elaboración, envasado, venta al por menor y comercialización. Las decisiones adoptadas por los múltiples agentes que participan en cualquier etapa de esta cadena tienen implicaciones para las demás etapas, ya que influyen en los tipos de alimentos disponibles y accesibles y en la forma en que se producen y consumen.
4. El *entorno alimentario* hace referencia al contexto físico, económico, político y sociocultural que enmarca la interacción de los consumidores con el sistema alimentario con miras a la adquisición, la preparación y el consumo de alimentos. El entorno alimentario consta de: “puntos de entrada de los alimentos”, esto es, los espacios físicos en los que se obtienen los alimentos; el entorno edificado que permite que los consumidores accedan a estos espacios; los determinantes personales de las elecciones alimentarias (como los ingresos, la educación, los valores o las aptitudes); y las normas políticas, sociales y culturales en las que se apoyan estas interacciones. Los elementos centrales del entorno alimentario que influyen en las elecciones alimentarias, la aceptabilidad de los alimentos y las dietas son: el acceso físico y económico a los alimentos (proximidad y asequibilidad); la promoción y publicidad de los alimentos y la información sobre estos; y la calidad e inocuidad de los alimentos.
5. El *comportamiento de los consumidores* refleja las elecciones de los consumidores, tanto en el hogar como a título particular, sobre los alimentos que se adquieren, almacenan, preparan y consumen y sobre la distribución de los alimentos en la familia (por ejemplo, el reparto por sexo y la alimentación de los niños). En el comportamiento de los consumidores influyen las preferencias personales determinadas por el sabor, la comodidad, la cultura y otros factores. Sin embargo, dicho comportamiento también depende del entorno alimentario existente. Los cambios colectivos en el comportamiento de los consumidores pueden abrir vías para establecer sistemas alimentarios más sostenibles que mejoren la seguridad alimentaria y la nutrición y la salud.
6. Estos tres componentes de los sistemas alimentarios influyen en la capacidad de los consumidores para adoptar *dietas sostenibles* que: protejan y respeten la biodiversidad y los ecosistemas; sean culturalmente aceptables, accesibles, económicamente justas y asequibles; sean nutricionalmente adecuadas, inocuas y saludables; y optimicen los recursos naturales y humanos.

7. Pueden existir o coexistir una gran variedad de sistemas y entornos alimentarios en las esferas local, nacional, regional y mundial. La tipología sugerida en el presente informe evalúa los sistemas alimentarios tanto a lo largo de las cadenas de suministro de alimentos como en el entorno alimentario y establece tres clases amplias de sistemas alimentarios: 1) sistemas alimentarios tradicionales; 2) sistemas alimentarios mixtos; y 3) sistemas alimentarios modernos.
8. En los *sistemas alimentarios tradicionales*, los consumidores dependen de alimentos de temporada mínimamente elaborados, recolectados o producidos para consumo propio o para su venta sobre todo en mercados informales. Las cadenas de suministro de alimentos suelen ser cortas y locales, por lo que el acceso a alimentos perecederos como alimentos de origen animal o a determinadas frutas y hortalizas puede ser limitado o estacional. Los entornos alimentarios normalmente están limitados a la producción propia y a los mercados informales diarios o semanales, que pueden estar alejados de las comunidades.
9. En los *sistemas alimentarios mixtos*, los productores de alimentos dependen de los mercados tanto formales como informales para la venta de sus cultivos. Resulta más fácil, tanto física como económicamente, acceder a alimentos altamente elaborados y envasados, mientras que los alimentos ricos en nutrientes son más caros. Con frecuencia las marcas y la publicidad acompañan a las actividades cotidianas a través de los carteles y las publicaciones impresas; el etiquetado de los alimentos, por su parte, se ofrece en ocasiones en los mercados. Incluso cuando hay disponibles directrices dietéticas basadas en los alimentos, la mayoría de los consumidores tiene escaso o nulo acceso a esta información. Existen normas de calidad e inocuidad de los alimentos, pero los productores pueden no seguirlas sistemáticamente.
10. Los *sistemas alimentarios modernos* se caracterizan por ofrecer opciones alimentarias más diversas durante todo el año y por técnicas de elaboración y envasado que prolongan la vida útil de los alimentos. Estos sistemas incluyen tanto mercados formales y de fácil acceso en zonas de ingresos altos como desiertos² y pantanos³ de alimentos en zonas de bajos ingresos. Aunque el precio de los productos básicos es menor en relación con los alimentos de origen animal y los alimentos perecederos, los alimentos especiales (por ejemplo, orgánicos o locales) son más caros. Se promueve en gran medida el acceso de los consumidores a información detallada en las etiquetas de los alimentos, los estantes de las tiendas, los menús y las comidas. Se vigila la inocuidad de los alimentos y su cumplimiento, y las infraestructuras de almacenamiento y transporte —en especial la cadena de frío— están generalizadas y suelen ser fiables.

LAS MÚLTIPLES CARGAS DE LA MALNUTRICIÓN

11. En todo el mundo, una persona de cada tres padece malnutrición. Si continúan las tendencias actuales, esta situación podría afectar a una persona de cada dos para 2030, lo que contrasta ostensiblemente con el objetivo de poner fin a todas las formas de malnutrición para 2030. La malnutrición adopta múltiples formas: desnutrición (insuficiencia ponderal, retraso del crecimiento y emaciación); carencia de micronutrientes; y sobrepeso y obesidad. Estas formas de malnutrición afectan a todos los países, tanto desarrollados como en desarrollo, y pueden coexistir en los países, las comunidades, los hogares y los individuos.
12. *Desnutrición*: pese a los progresos realizados en los últimos decenios, en todo el mundo casi 800 millones de personas están subalimentadas, 155 millones de niños menores de 5 años padecen retraso del crecimiento⁴ y 52 millones sufren de emaciación⁵. Aproximadamente el 45 % de las muertes de niños menores de 5 años se debe a la desnutrición, en especial en los países de ingresos bajos y medianos. Es probable que la crisis actual, con cuatro países —Nigeria, Somalia, Sudán del Sur y el Yemen— afectados por la hambruna, también anule en parte esos progresos.

² Esto es, áreas geográficas cuyos residentes tienen acceso limitado o nulo a los alimentos debido a la ausencia o baja densidad de “puntos de entrada de los alimentos” a una distancia de desplazamiento práctica.

³ Esto es, zonas con sobreabundancia de alimentos “poco saludables” y escaso acceso a alimentos “saludables”.

⁴ Es decir, con estatura baja para su edad, lo que indica desnutrición crónica.

⁵ Es decir, con peso bajo para su edad, lo que indica desnutrición aguda.

13. El término *carencias de micronutrientes* hace referencia a la ingesta insuficiente de vitaminas y minerales. Los micronutrientes cuya carencia conlleva más problemas para la salud pública son la vitamina A, el hierro y el yodo. La carencia de vitamina A es la principal causa de ceguera evitable en los niños y aumenta el riesgo de enfermedad y muerte por infección. La anemia ferropénica es motivo de preocupación importante para muchas mujeres del mundo y provoca niveles de cognición y productividad laboral bajos. La carencia de yodo durante el embarazo puede poner en peligro la salud mental de los niños e incluso su supervivencia. También son importantes las carencias de vitamina D y vitamina B12, folato, calcio y zinc.
14. El *sobrepeso y la obesidad* están aumentando con rapidez y afectan a todos los países. La obesidad mundial se ha duplicado con creces desde 1980. En 2014, nada menos que 1 900 millones de adultos tenían sobrepeso y 600 millones de ellos eran obesos. El mismo año, se calcula que 41 millones de niños menores de 5 años tenían exceso de peso, de los que un cuarto vivía en África y casi la mitad, en Asia. Estas tasas crecientes están asociadas con el incremento de las enfermedades no transmisibles relacionadas con la alimentación, como el cáncer, la cardiopatía coronaria y la diabetes. Hoy en día, el sobrepeso y la obesidad están vinculados con más muertes en todo el mundo, que la insuficiencia ponderal.
15. La malnutrición afecta a todo el ciclo vital y sus efectos pueden prolongarse durante generaciones. Algunos grupos son especialmente vulnerables a ella, en especial los grupos con necesidades de nutrientes específicos en etapas críticas del ciclo vital (como los niños pequeños, las adolescentes, las embarazadas y las madres lactantes, las personas de edad y las personas enfermas o inmunodeficientes) o los grupos marginados que ejercen menos control sobre sus dietas (como los pobres urbanos y rurales y algunos pueblos indígenas). La malnutrición durante los primeros 1 000 días de vida aumenta el riesgo de morbilidad y mortalidad y limita el crecimiento físico y mental de los niños a niveles muy inferiores a su pleno potencial genético, con consecuencias importantes durante toda su vida.
16. Actualmente los sistemas alimentarios tradicionales se asocian a la mayor prevalencia de la desnutrición, que incluye el retraso del crecimiento, la emaciación y la mortalidad de niños menores de 5 años, y a la mayor prevalencia de carencias de micronutrientes, pero con niveles inferiores de sobrepeso y obesidad en adultos. En los sistemas alimentarios mixtos coexisten todas las cargas de la malnutrición, lo que supone un reto en lo que respecta a la priorización de las políticas y los programas encaminados a hacer frente a estas múltiples cargas. Por último, los sistemas alimentarios modernos se relacionan con niveles de desnutrición y carencia de micronutrientes más bajos, pero con niveles de sobrepeso y obesidad más altos.

DIETAS EN TRANSICIÓN

17. Los hábitos dietéticos mundiales han cambiado con rapidez en los últimos decenios. Como consecuencia de la globalización, la urbanización y el crecimiento de los ingresos, la población está experimentando entornos alimentarios nuevos, ampliando sus posibilidades de elección de alimentos y diversificando sus hábitos dietéticos en sentidos tanto positivos como negativos.
18. En algunos países de ingresos bajos, gran parte de la población pobre se alimenta predominantemente de cereales o tubérculos, que son accesibles y asequibles pero tienen un bajo contenido de micronutrientes. Aunque los alimentos tradicionales como las leguminosas, las frutas de temporada, las hortalizas de hoja y los alimentos provenientes de los bosques suplen algunas carencias de nutrientes, otras frutas frescas y hortalizas, así como los alimentos de origen animal, con frecuencia continúan siendo caros y e inaccesibles. A medida que aumentan los ingresos de los hogares, suele crecer también el consumo de alimentos asociados con dietas tanto saludables como no saludables. Los hogares de ingresos altos suelen depender menos de los cereales básicos y más de los alimentos de origen animal, las frutas y las hortalizas. No obstante, también tienden a consumir más alimentos con un alto contenido de azúcar, sal y grasas saturadas y trans, como alimentos altamente procesados y envasados, bebidas azucaradas y carnes rojas y elaboradas. También tienden a aumentar el consumo de refrigerios y la costumbre de comer fuera de casa, y se cocina menos en el hogar.
19. La *transición de la nutrición* hace referencia a los cambios en el estilo de vida y los hábitos dietéticos motivados por la urbanización, la globalización y el crecimiento económico, y a sus repercusiones en la nutrición y la salud. En general, la obesidad aumenta a medida que los países se urbanizan y se hacen más ricos. Sin embargo, estas tendencias mundiales no

deberían ocultar la considerable diversidad de dietas en el mundo, que refleja la diversidad de ecosistemas y sistemas de producción de alimentos, condiciones socioeconómicas, culturas y creencias. Los estudios de los sistemas alimentarios adaptados a su contexto local y del saber tradicional asociado, acumulado durante milenios, pueden aportar perspectivas y vías nuevas para el establecimiento de sistemas alimentarios más sostenibles.

20. Se prevé un aumento significativo del consumo de alimentos de origen animal en los países en desarrollo, con resultados dispares para la nutrición: por una parte, es posible que los países de ingresos bajos tengan dificultades para incrementar el consumo de estos alimentos hasta niveles que permitan revertir las carencias de micronutrientes, y por otra parte los países de ingresos medianos y los países de ingresos altos corren el riesgo de caer en un consumo excesivo, con efectos negativos para la salud. Considerando los complejos efectos de los alimentos de origen animal sobre la salud, el estado nutricional y el medio ambiente, invertir estas tendencias continúa siendo un problema importante, en especial en lo que respecta a la sostenibilidad del suministro de alimentos de origen animal. En un sistema alimentario globalizado e interconectado, el logro de un equilibrio entre la salud humana y la salud del planeta también plantea desafíos considerables en materia de políticas: algunas dietas, como la mediterránea, ofrecen ideas útiles para abordar este asunto.
21. La inocuidad de los alimentos continúa siendo un tema importante. Los niveles bajos de inocuidad del suministro de alimentos y la mala calidad del agua contribuyen a la diarrea y otras enfermedades transmisibles tanto en los tugurios urbanos como en las zonas rurales. Los niños menores de 5 años presentan el riesgo más alto y soportan el 40 % de la carga de las enfermedades transmitidas por los alimentos. La falta de infraestructura, en especial la cadena de frío, en muchos países de ingresos bajos puede hacer que los alimentos perecederos resulten nocivos y aumentar el riesgo de transmisión de agentes patógenos a lo largo de la cadena de suministro de alimentos. Es esencial contar con instituciones fuertes para impulsar las inversiones necesarias y diseñar y aplicar reglamentos y normas sobre los alimentos.

MOTORES DEL CAMBIO EN LOS SISTEMAS ALIMENTARIOS

22. En el informe se establecen cinco categorías principales de motores del cambio en los sistemas alimentarios que influyen en la nutrición y las dietas: biofísicos y ambientales; innovación, tecnología e infraestructura; políticos y económicos; socioculturales; y demográficos.
23. *Motores biofísicos y ambientales.* La producción de alimentos depende en gran medida de la biodiversidad y los ecosistemas, que incluyen no solo la agricultura sino también los bosques, los ecosistemas acuáticos y los territorios en mosaico. Los sistemas agrícolas y los suministros de alimentos son cada vez más homogéneos y dependientes de un pequeño número de cultivos “mundiales”, como los principales cultivos de cereales y de semillas oleaginosas. Al mismo tiempo, las prácticas agrícolas tienden progresivamente al monocultivo intensificado, lo que puede mejorar los rendimientos del grano a corto plazo pero limita la diversidad biológica necesaria para dietas de alta calidad. El cambio climático y la variabilidad del clima, así como la mayor incidencia de inundaciones y sequías graves, repercutirán en la salud, la productividad y la resiliencia de los ecosistemas, las comunidades y los hogares, en particular de las personas más vulnerables. Los sistemas alimentarios deben adaptarse al cambio climático y también pueden contribuir de forma significativa a su mitigación.
24. *Motores de innovación, tecnología e infraestructura.* La innovación ha sido un importante motor de la transformación de los sistemas alimentarios en los últimos decenios y desempeñará una función decisiva a fin de atender las necesidades de una población en rápido crecimiento, en un contexto de cambio climático y escasez de recursos naturales. Para crear sistemas alimentarios más sostenibles con miras a mejorar la seguridad alimentaria y la nutrición se requerirán nuevas tecnologías e investigaciones, además de acceso mejorado a las tecnologías existentes y un mejor uso de estas, lo que permitirá encontrar soluciones para los ecosistemas locales específicas de cada contexto y adaptadas a las condiciones socioeconómicas y socioculturales locales. Se necesita más inversión en investigación y desarrollo en el ámbito de los cultivos de alimentos nutritivos —como frutas, hortalizas y legumbres, además de cultivos marginados y secundarios— en contraposición con los principales alimentos básicos. También hay que tener en cuenta las limitaciones y los riesgos potenciales de las tecnologías para la seguridad alimentaria y la nutrición, la salud, los medios de vida y el medio ambiente. Se debe mejorar la

infraestructura, en especial para el transporte de alimentos, y garantizar un acceso equitativo a ella.

25. Motores políticos y económicos. El liderazgo, así como mecanismos de gobernanza inclusivos en todos los niveles, desde el ámbito local hasta la esfera mundial, es crucial para: invertir en sistemas alimentarios sostenibles; diseñar y aplicar políticas y programas orientados a fortalecer los sistemas alimentarios, mejorar las dietas y potenciar la seguridad alimentaria y la nutrición; y superar los desequilibrios de poder. La rendición de cuentas y el compromiso sostenido requieren una gran voluntad política. Otros motores políticos y económicos son: la globalización; la inversión extranjera y el comercio; las políticas alimentarias, incluidas las directrices dietéticas basadas en los alimentos y los impuestos y las subvenciones; los precios de los alimentos y la volatilidad de los precios; la tenencia de la tierra; los conflictos y las crisis humanitarias. En situaciones de conflicto y crisis prolongada, es fundamental realizar intervenciones que tengan en cuenta la nutrición y que vinculen la respuesta humanitaria con las estrategias a más largo plazo orientadas a reforzar la resiliencia de los sistemas alimentarios y mejorar la seguridad alimentaria y la nutrición.
26. Motores socioculturales. Las elecciones alimentarias individuales, aunque son muy personales, también reflejan las culturas, los rituales y las tradiciones sociales. La comida es una parte importante de la cultura, sobre todo para los pueblos indígenas: los tipos de alimentos que consumimos y la manera de prepararlos y comerlos, con quién y dónde, constituyen repositorios de las tradiciones y conforman la identidad cultural. Los sistemas y entornos alimentarios configuran de forma coherente las culturas y las tradiciones, y viceversa. Las relaciones y las normas de género se encuentran entre los determinantes más importantes de los entornos alimentarios y las dietas. Las mujeres pueden influir en la dieta del hogar y, como principales cuidadores, influyen en el estado nutricional de los niños. Por consiguiente, para la seguridad alimentaria y la nutrición es clave empoderar a las mujeres y las niñas a través de la educación, la información y el acceso a los recursos y servicios.
27. Motores demográficos. El crecimiento demográfico y la distribución por edades cambiante, la urbanización, la migración y el desplazamiento forzado han provocado cambios radicales en los sistemas alimentarios y las dietas en los últimos decenios y continuarán siendo los principales motores en el futuro. La concentración del crecimiento demográfico en los países más pobres dificultará la lucha de sus gobiernos contra el hambre y la malnutrición. Se prevé que la urbanización ejercerá una presión adicional en los sistemas alimentarios, ya que aumentará la demanda de una variedad de alimentos mayor. La demanda urbana determinará cada vez más los alimentos que cultivan los productores rurales y la forma en que se procesan, distribuyen y comercializan. La inseguridad alimentaria puede ser tanto causa como consecuencia de la migración y el desplazamiento forzado. Existe una preocupación creciente por el número de niños que migran como consecuencia de conflictos y que se enfrentan a un riesgo mayor de malnutrición debido a la falta de acceso a dietas sanas y a los servicios sociales.

DIRECCIONES POSITIVAS PARA LOS SISTEMAS ALIMENTARIOS, LAS DIETAS Y LA NUTRICIÓN

28. Actualmente se están probando y aplicando a escala muchos programas y políticas prometedores orientados a reducir las múltiples cargas de la malnutrición. Los sistemas alimentarios ofrecen muchos puntos de intervención, tanto en la cadena de suministro y en los entornos alimentarios como en aspectos relacionados con el comportamiento de los consumidores. También se puede intervenir a través de los diferentes motores que influyen en los sistemas alimentarios, directa o indirectamente.
29. La cadena de suministro de alimentos repercute en las dietas y la nutrición tanto positiva como negativamente al crear puntos de entrada y de salida para la nutrición, determinando el valor nutricional de los alimentos producidos. Las cadenas de suministro constituyen un medio para que la agricultura pueda mejorar la nutrición, en especial a través de los sistemas de producción tradicionales centrados en alimentos ricos en micronutrientes. Las cadenas de suministro influyen en la forma en que se elaboran, distribuyen y comercializan los alimentos, actividades que pueden afectar a la calidad nutricional de los alimentos accesibles en un entorno alimentario dado. La sensibilidad nutricional entre los agentes de la cadena de suministro también puede motivarles a maximizar la integración de la nutrición en la cadena.

30. Los entornos alimentarios mejorados permiten a los consumidores adquirir y consumir alimentos más nutritivos y saludables. Aunque existe un corpus sustancial de trabajos de investigación que describen los entornos alimentarios en los países de ingresos altos, en especial en entornos urbanos, no hay tanta información disponible sobre los países de ingresos bajos y medianos. Algunos factores que limitan el acceso a alimentos nutritivos y saludables son las restricciones económicas, la falta de conocimiento y la escasa demanda resultante. No obstante, se han ejecutado en todo el mundo políticas y programas centrados en el entorno alimentario que se apoyan en enfoques orientados a: mejorar el acceso a alimentos nutritivos y saludables en los desiertos alimentarios; ofrecer opciones saludables en los establecimientos públicos; y fomentar dietas más saludables mediante reglamentos y normas, impuestos, subvenciones, políticas comerciales, etiquetado y publicidad.
31. La reglamentación, la información y la educación pueden orientar a los consumidores hacia elecciones alimentarias más saludables y sostenibles. Las campañas en medios de información, la comunicación para el cambio social y de comportamiento, los programas de protección social y las directrices dietéticas basadas en los alimentos contribuyen a incrementar la concienciación e influyen en el comportamiento de los consumidores. Los datos disponibles sugieren que la información y la educación por sí solas pueden no desencadenar cambios significativos y que, para ser más eficaces, los programas de comunicación deben incluir ideas sobre medidas viables con miras a cambiar las costumbres. La promoción de los alimentos y la cocina tradicionales y el empoderamiento de los consumidores, en especial las mujeres, para actuar como promotores de la nutrición en relación con las dietas saludables ayudan a configurar las elecciones relacionadas con la dieta.
32. Los sistemas alimentarios —tradicionales, mixtos o modernos— enfrentan dificultades propias, pero todos tienen capacidad para establecer fórmulas específicas que posibiliten la sostenibilidad y dietas más saludables en favor de la seguridad alimentaria y la nutrición, ahora y en el futuro. Los sistemas alimentarios “modernos” no deben considerarse el objetivo último. Los sistemas alimentarios tradicionales, y los sistemas de conocimiento asociados a ellos, tienen un valor inherente y pueden ser una fuente de inspiración para los encargados de formular las políticas. Estos tres tipos de sistemas alimentarios necesitan mejoras adaptadas para ofrecer dietas más saludables, aumentar la seguridad alimentaria y mejorar la nutrición para todos.
33. En los sistemas alimentarios tradicionales, las políticas y los programas deberían centrarse en la disponibilidad y la accesibilidad de dietas saludables, entre otras cosas mediante la aplicación de estrategias de protección de los agricultores, especialmente de los pequeños productores —a menudo compradores netos de alimentos—, que son especialmente vulnerables a las perturbaciones externas. Las inversiones en infraestructura e instalaciones de almacenamiento que favorecen un almacenamiento más seguro de los alimentos y facilitan su transporte, así como la integración de tecnologías como el enriquecimiento y la elaboración de alimentos, también podrían ayudar a que las personas puedan satisfacer sus necesidades dietéticas. Las intervenciones también deberían promover dietas saludables más asequibles, en especial con alimentos ricos en micronutrientes y proteínas.
34. En los sistemas alimentarios mixtos, es importante contar con políticas y programas orientados a fortalecer la inocuidad de los alimentos y mejorar la infraestructura, en especial en el sector informal. Además, estos sistemas alimentarios podrían mejorarse también mediante la introducción de incentivos de precios (por ejemplo, mediante impuestos y subvenciones), restricciones de comercialización, etiquetado mejorado, promociones e incentivos para alimentos nutritivos e incentivos de zonificación para mejorar el acceso a los minoristas que venden alimentos nutritivos en zonas de ingresos bajos.
35. En los sistemas alimentarios modernos, los encargados de formular las políticas deberían centrarse en promover la disponibilidad y accesibilidad de dietas saludables y variadas, en particular para las personas marginadas y las más vulnerables. Su objetivo debería ser limitar el consumo de alimentos muy elaborados y con escaso contenido de nutrientes focalizándose en las industrias que los producen (por ejemplo, mediante restricciones de la comercialización, restricciones sobre el contenido y requisitos de etiquetado relativos a las grasas trans y los azúcares añadidos) y en los consumidores (por ejemplo, mediante subvenciones e impuestos o educación en materia de nutrición). Tales políticas podrían mitigar en parte las consecuencias negativas para la salud generalmente asociadas a los sistemas alimentarios modernos.

CONVERTIR LOS DATOS EN ACCIÓN

36. La motivación para actuar es fuerte, pero la formulación y aplicación de políticas y programas eficaces enfrenta numerosos obstáculos. Para actuar es necesario reconocer el derecho a la alimentación y priorizar esta perspectiva basada en los derechos para los más vulnerables. Aunque los compromisos contraídos recientemente por los gobiernos, así como los propios ODS, hacen hincapié en los enfoques basados en los derechos, muchos países continúan sin reconocer este derecho. Las luchas por el poder conllevan desafíos, ya que las empresas transnacionales de alimentos utilizan su poder económico para obstaculizar la acción política orientada a mejorar los sistemas alimentarios y las dietas. Los conflictos de intereses también entorpecen la consecución de los objetivos, en la medida en que las políticas o las prácticas de un particular o una institución se alejan de las metas en materia de salud y nutrición. Algunos ejemplos destacados son la comercialización de alimentos y bebidas en entornos alimentarios no saludables y la publicidad dirigida a los niños de alimentos con alto contenido de grasa, azúcar y sal, así como la financiación para investigación influenciada por el sector.
37. Se consideran entornos propicios aquellos entornos en los que los gobiernos tienen la voluntad política y los mecanismos de coordinación, rendición de cuentas y respuesta eficaz necesarios para mejorar la nutrición y satisfacer las necesidades de las personas marginadas y los más vulnerables. El carácter multisectorial de la malnutrición requiere coordinación y compromiso colaborativo en el plano individual, institucional y del sistema. La coordinación es necesaria tanto en el *eje vertical* (entre diferentes ministerios y del plano nacional al local) como en el *eje horizontal* (entre sectores y múltiples partes interesadas). La aplicación eficaz requiere además definiciones claras de las funciones y responsabilidades de todas las partes interesadas, así como rendición de cuentas basada en la confianza, la inclusividad, la transparencia y la verificación. Las respuestas eficaces dependen también de la vigilancia y el seguimiento.
38. Para tener éxito será necesario aumentar la inversión en nutrición, tanto financiera como desde el punto de vista de la capacidad humana y los movimientos sociales, las coaliciones y las redes. La mejora de la seguridad alimentaria y la nutrición exige inversiones grandes pero podría aportar beneficios considerables a largo plazo al reducir el gasto sanitario e impulsar el crecimiento económico en los países de ingresos bajos y medianos.
39. La comunidad relacionada con la nutrición debe aprovechar este momento para conseguir que el Decenio de las Naciones Unidas de Acción sobre la Nutrición sea significativo, esté orientado a la acción y logre los efectos previstos. Con este fin, la comunidad mundial debería abordar los ODS como objetivos interrelacionados y luchar contra todas las formas de malnutrición de manera simultánea. Para ello, será necesario que todas las personas que interactúan con los sistemas alimentarios y el mandato relativo a la seguridad alimentaria entren en acción. Es necesario reconocer el valor de todos los agentes de la cadena de suministro de alimentos y del entorno alimentario, independientemente de su tamaño, y prestarles apoyo con miras a girar hacia sistemas agrícolas y alimentarios que tengan en cuenta la nutrición. Se deben adaptar las soluciones a las demandas, las preferencias y los gustos cambiantes de los consumidores.

RECOMENDACIONES

El conjunto de recomendaciones siguiente, basado en las conclusiones principales de este informe, contribuye a la aplicación progresiva del derecho a una alimentación y una nutrición adecuadas. Los sistemas alimentarios determinan las dietas de las personas, sus resultados en materia de salud y nutrición y su bienestar general. La manera en que se producen, distribuyen y consumen los alimentos también repercute en la integridad del planeta y la estabilidad de las naciones.

RECOMENDACIONES GENERALES

1. FORTALECER LA INTEGRACIÓN DE LA NUTRICIÓN EN LAS POLÍTICAS, LOS PROGRAMAS Y LOS PRESUPUESTOS NACIONALES

Los Estados deberían, en colaboración con las partes interesadas afectadas:

- a) Reconocer la diversidad de sistemas alimentarios (tradicional, mixto, moderno) y formular políticas y programas específicos para cada contexto que respalden la coexistencia de diferentes sistemas alimentarios y dietas.
- b) Integrar un enfoque del sistema alimentario centrado en la nutrición en los planes nacionales de sanidad, economía y desarrollo.
- c) Facilitar un diálogo inclusivo y elaborar estrategias de nutrición en las esferas local y nacional orientadas a mejorar los entornos alimentarios.
- d) Promover la coherencia de las políticas a fin de mejorar las dietas y la nutrición, a través de una mayor coordinación entre los diferentes sectores, en especial agricultura, medio ambiente, energía, agua, saneamiento e higiene, salud, educación, políticas fiscales y desarrollo económico y social.
- e) Aumentar la consignación en los presupuestos nacionales para gasto en nutrición y maximizar las sinergias para mejorar los resultados nutricionales sin incrementar el gasto actual en sistemas agrícolas y alimentarios.
- f) Mejorar los conocimientos sobre alimentación y nutrición de toda la sociedad mediante programas populares de educación y otros planes adecuados.
- g) Fomentar la capacidad mediante la inversión en una fuerza de trabajo de especialistas en nutrición y la educación en materia de nutrición de una nueva generación de profesionales del sistema alimentario.

2. FORTALECER LA COOPERACIÓN MUNDIAL PARA PONER FIN AL HAMBRE Y LA MALNUTRICIÓN

Los Estados y las organizaciones intergubernamentales (OIG) deberían:

- a) Aumentar la proporción de la asistencia oficial para el desarrollo (AOD) que se destina a respaldar sistemas alimentarios más sostenibles, luchar contra todas las formas de malnutrición y prevenir las enfermedades no transmisibles relacionadas con la alimentación
- b) Evitar las devastadoras y costosas hambrunas fortaleciendo los sistemas alimentarios locales y el apoyo al desarrollo a más largo plazo e invirtiendo en medidas de asistencia humanitaria que contribuyan a fortalecer las capacidades y la resiliencia de las comunidades.

3. HACER FRENTE A LOS EFECTOS DE LOS ACUERDOS COMERCIALES Y DE INVERSIÓN EN LOS ENTORNOS ALIMENTARIOS Y LAS DIETAS

Los Estados y las OIG deberían:

- a) Evitar, mediante la realización de evaluaciones *ex-ante*, que los acuerdos comerciales y de inversión bilaterales y multilaterales repercutan negativamente en los entornos alimentarios y las dietas.
- b) Asegurarse de que los acuerdos comerciales y de inversión bilaterales y multilaterales sean coherentes con las políticas sobre nutrición y favorezcan la transición a sistemas alimentarios más sostenibles.

4. ABORDAR LA VULNERABILIDAD EN MATERIA DE NUTRICIÓN DE GRUPOS CONCRETOS

Los Estados y las OIG deberían:

- a) Adoptar medidas específicas para lograr que los grupos vulnerables y marginados (como los niños pequeños, las adolescentes, las embarazadas y las madres lactantes, las personas de edad, las personas enfermas o inmunodeficientes, los pobres rurales y los pueblos indígenas) tengan acceso a una dieta nutritiva, variada, suficiente y culturalmente adecuada o puedan conseguirla.

5. MEJORAR LOS RESULTADOS NUTRICIONALES MEDIANTE LA DEFENSA DE LOS DERECHOS DE LAS MUJERES Y SU EMPODERAMIENTO

Los Estados y las OIG deberían:

- a) Velar por que las leyes y las políticas proporcionen a hombres y mujeres acceso igualitario a los recursos, con inclusión de la tierra, los recursos financieros y técnicos, el agua y la energía.
- b) Reconocer y valorar la importancia de las labores de cuidado no remunerado para la salud humana y la seguridad alimentaria y la nutrición. Facilitar la preparación de alimentos nutritivos en el hogar, reconociendo el tiempo que requiere esta tarea. Promover la redistribución de las labores de cuidado no remunerado en el hogar.
- c) Reforzar la participación y representación de las mujeres rurales en todos los niveles de la formulación de políticas sobre seguridad alimentaria y nutrición, con miras a conseguir que se tengan en cuenta sus perspectivas.
- d) Crear un entorno propicio para promover la lactancia materna y velar por que la decisión de amamantar no tenga como resultado que las mujeres pierdan su seguridad económica o cualquiera de sus derechos.

6. RECONOCER Y GESTIONAR LOS CONFLICTOS DE INTERESES

Los Estados, las OIG y otras partes interesadas deberían:

- a) Detectar y reconocer los conflictos de intereses, así como las relaciones de poder desequilibradas entre partes interesadas, y establecer mecanismos participativos para abordar estos conflictos y relaciones en la elaboración y aplicación de políticas.
- b) Facilitar mecanismos de transparencia y rendición de cuentas, basados en indicadores y compromisos específicos, cuantificables, asequibles, realistas y de duración determinada (conocidos por su acrónimo en inglés, *SMART*) evaluados a través de sistemas de seguimiento de libre acceso, con miras a prevenir y solucionar los conflictos de intereses.
- c) Proteger las ciencias de la nutrición de influencias indebidas y de la corrupción, por ejemplo protegiendo a los científicos contra las represalias y las intimidaciones, mediante el establecimiento de normas apropiadas y su vigilancia y cumplimiento eficaces.

7. MEJORAR LA RECOPIACIÓN DE DATOS Y EL INTERCAMBIO DE CONOCIMIENTOS SOBRE SISTEMAS ALIMENTARIOS Y NUTRICIÓN

Los Estados, las OIG, el sector privado, las instituciones académicas y las organizaciones de la sociedad civil (OSC) deberían:

- a) Promover la investigación sobre sistemas alimentarios y demanda de alimentos centrada en la nutrición y pertinente para las políticas, aplicando un enfoque de sistemas interdisciplinario, con miras a entender los motores y determinantes de los entornos alimentarios y las elecciones alimentarias, así como las lagunas de datos empíricos sobre tales decisiones.
- b) Incrementar la disponibilidad —mediante el libre acceso cuando corresponda— y la calidad de los sistemas de información multisectoriales que captan datos relacionados con la nutrición, la composición de los alimentos y las dietas con miras a mejorar la formulación de políticas y la rendición de cuentas, entre otras cosas a través de la promoción de métodos armonizados de recopilación de datos.
- c) Invertir en sistemas participativos para el intercambio de conocimientos y mejores prácticas entre las partes interesadas de la cadena de suministro de alimentos, sin dejar de respetar los derechos de propiedad intelectual y cultural de los pueblos indígenas.
- d) Aprovechar el conocimiento, la experiencia y las ideas de los particulares que por regla general no se consideran miembros de la comunidad relacionada con la nutrición, tales como líderes comunitarios, cocineros profesionales, encargados del abastecimiento de supermercados, personas con influencia en las redes sociales, líderes juveniles, empresarios jóvenes, alcaldes y comunidades locales.

RECOMENDACIONES RELACIONADAS CON LAS CADENAS DE SUMINISTRO DE ALIMENTOS, LOS ENTORNOS ALIMENTARIOS Y EL COMPORTAMIENTO DE LOS CONSUMIDORES

8. POTENCIAR LAS OPORTUNIDADES PARA MEJORAR LOS RESULTADOS NUTRICIONALES Y DIETÉTICOS A LO LARGO DE LAS CADENAS DE SUMINISTRO DE ALIMENTOS

Los Estados, las OIG, el sector privado y las OSC deberían:

- a) Apoyar iniciativas que contribuyan a la producción de alimentos nutritivos y adaptados al contexto local y a la calidad y diversidad de las dietas, entre otras cosas mediante:
 - actividades de salvaguarda y respaldo de los Sistemas importantes del patrimonio agrícola mundial;
 - incentivos para la producción de alimentos nutritivos y la protección de la agrobiodiversidad local;
 - incentivos para promover prácticas agroecológicas y otros tipos de prácticas agrícolas respetuosas con el medio ambiente;
 - la promoción de alimentos nutritivos y dietas sostenibles a lo largo de las cadenas de suministro de alimentos.
- b) Proteger y aumentar el valor nutricional a lo largo de las cadenas de suministro de alimentos, entre otras cosas mediante:
 - la mejora de la conectividad entre la oferta y la demanda urbanas, periurbanas y rurales, con miras a proponer a los consumidores una mayor diversidad de alimentos nutritivos y apoyar las economías locales, a través de infraestructuras, mercados y tecnologías —en especial, el comercio electrónico— adecuados;
 - la formulación y promoción de políticas, prácticas y tecnologías que añadan valor nutricional o lo protejan;
 - la promoción de prácticas y tecnologías orientadas a mejorar la inocuidad de los alimentos y a reducir la pérdida de calidad y el desperdicio de alimentos, con especial atención a las aflatoxinas.

- c) Velar por una oferta de alimentos saludables para el consumidor, entre otras cosas mediante:
- incentivos financieros y promocionales para que los minoristas y los propietarios de establecimientos de venta de alimentos, incluidos los de venta callejera, vendan alimentos inocuos y elaborados con menos sodio y una proporción mayor de aceites saludables, frutas y hortalizas;
 - la protección de la salud del consumidor a través del establecimiento de un sistema de seguimiento con miras a reducir la contaminación química y microbiológica de los suministros de alimentos y agua;
 - la mejora de la gobernanza y el control en materia de inocuidad de los alimentos por conducto de las instituciones y políticas pertinentes a lo largo de las cadenas de suministro de alimentos, así como a través de la innovación y la tecnología, el etiquetado y las normas, y el seguimiento y la vigilancia.

9. MEJORAR LA CALIDAD DE LOS ENTORNOS ALIMENTARIOS

- a) El CSA debería considerar la oportunidad de elaborar directrices voluntarias para la mejora de los entornos alimentarios en favor de dietas saludables.

Los Estados, las OIG, el sector privado y las OSC deberían:

- b) Mejorar el acceso a alimentos nutritivos y su conveniencia en los espacios públicos (escuelas, hospitales, etc.), así como en los huertos familiares y escolares y en los mercados rurales, a fin de ofrecer niveles más altos de calidad y diversidad alimentaria.
- c) Formular y aplicar políticas y reglamentos que mejoren el entorno edificado a fin de promover una alimentación nutritiva, como reglamentos de zonificación y regímenes fiscales para minimizar los desiertos y pantanos de alimentos.
- d) Regular las declaraciones de propiedades nutricionales en el envasado de los alimentos y adoptar un sistema de etiquetado frontal de fácil interpretación.
- e) Reforzar las normas nacionales sobre inocuidad de los alimentos y la garantía de calidad y establecer sistemas mundiales de vigilancia mejorados para obtener información en tiempo real.
- f) Eliminar progresivamente la publicidad y promoción de alimentos no saludables, en especial si se dirigen a niños y adolescentes.
- g) Establecer políticas y prácticas para la aplicación del Código Internacional de Comercialización de Sucedáneos de la Leche Materna.

10. CREAR DEMANDA DE ALIMENTOS NUTRITIVOS ENTRE LOS CONSUMIDORES

Los Estados y las OIG, con el apoyo del sector privado y las OSC, deberían:

- a) Elaborar directrices nacionales y mundiales para promover dietas sostenibles y saludables y hallar maneras de hacer que las directrices sean aplicables y fáciles de utilizar para los consumidores.
- b) Poner en práctica políticas sociales y económicas que aumenten la demanda de alimentos nutritivos y reduzcan la demanda de alimentos con bajo contenido de nutrientes, por ejemplo, mediante la aplicación de políticas fiscales con base empírica a alimentos de diferente valor nutricional.
- c) Velar por que los programas de protección social, como los de alimentación escolar y transferencias de efectivo, ayuden a mejorar los resultados nutricionales.
- d) Promover las culturas alimentarias, en especial las habilidades culinarias y la importancia de la alimentación en la herencia cultural, como vehículo para fomentar los conocimientos sobre nutrición.