

Comer para morir

Cruz Torres, Erika

2016-10

<http://hdl.handle.net/20.500.11777/2529>

<http://repositorio.iberopuebla.mx/licencia.pdf>

COMER PARA MORIR.

**Por: Mtra. Erika Cruz Torres*

Resulta contradictoria esta frase, pareciera que comemos para alimentar la maravillosa máquina que es nuestro cuerpo, pero para la mayoría de la población en México el binomio comer-salud no es armónico.

México es el país con mayor índice de obesidad en el mundo, sí, por encima de Estados Unidos (¡qué orgullo eh!), y no es casualidad que la principal causa de muerte en nuestro país sea la diabetes; tampoco es casualidad que seamos el país número uno en consumo de refrescos.

Según la Organización Mundial de la Salud, desde el 2000 aumentó en 10% el número de personas con obesidad en zonas urbanas, además en el 2012, 35% de los niños entre 5 y 11 años en zonas urbanas padecían de sobrepeso u obesidad, la organización *El poder del consumidor*, cita a Margaret Chan, directora general de la OMS quien se muestra preocupada por el incremento en el consumo de refrescos y enfatizó que los gobiernos deben asumir mayor responsabilidad en protección a su población, sobretodo en edad infantil para evitar mayor consumo de bebidas azucaradas y comida chatarra.

Ante esta crisis de salud, la OMS ha recomendado a los gobiernos un impuesto del 20% para las bebidas azucaradas. Según los datos del Instituto Nacional de Salud Pública (Poder del consumidor, 2016) en el primer trimestre del 2016 disminuyó en 11% la compra de estas bebidas, por el contrario el consumo de agua embotellada aumentó.

Si bien el impuesto a estas bebidas no es una solución, e incluso se puede analizar como una *sanción* al consumidor y no a la empresa que produce estas bebidas, y aunque no destierra por completo al envase de refresco de la mesa, comedor, sillón, recámara de las casas mexicanas, pareciera que es un paso adelante. Habría que continuar pendientes de las cifras en años siguientes.

Lo que sí es una sanción hacia quien consume bebidas, incluso anunciadas como saludables: jugos, néctares, bebidas light, es la carencia de salud de familias enteras a lo largo del país.

Representa una emergencia en salud nacional, y un gasto público y de la familia impresionante, que además aún en el peor de los casos, se pudo haber prevenido.

Pero en la familia se consume el producto embotellado, así como se consume el programa televisivo (que además bombardea con productos chatarra) así como se consume un ideal de vida feliz, así como se consume la idea de cuerpo perfecto y así como se consume el concepto de salud.

Sí, consumimos salud, a través de la compra de ideas mágicas de solución a problemas de salud que están relacionados con los hábitos diarios, con las rutinas de cada día, con la ingesta diaria de cada familia y con la falta de actividad física. Es alarmante, el INEGI y su encuesta: "Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico" realizada en 2014, nos revela que el 56 % de la población mexicana de 18 años y más en áreas urbanas es inactiva físicamente. De estos, el 42% son hombres y el 58% mujeres. Del 44% de estas personas activas físicamente, los hombres representan el 54.4% y las mujeres el 45.6%.

Lo cierto es que el modelo de salud que nos ha llevado a esta emergencia sanitaria es correspondiente con el modelo económico actual: la salud es un producto, es decir, se puede regresar al estado de *completo bienestar físico, mental y social* consumiendo una pastilla, un producto milagro, una dieta espontánea. El cuerpo se convierte entonces en el campo de batalla de los productos, el cuerpo atiborrado de productos se visualiza como *mercancía*.

Por último, este modelo tiene el eslabón perfecto en nuestro sistema de educación, que más allá de promover autonomías, derechos y obligaciones, promueve servilismo, memoria y repetición. Se basa en medición de conductas y no en análisis de circunstancias y recursos. En acumulación de contenido más que en el aprendizaje de nuestra historia como humanidad.

La consecuencia general de estos modelos, económicos, educativos y de salud son la falta de tiempo. Una persona no tiene tiempo más que de ser productivo y competitivo. ¿Cómo vamos a tener tiempo para analizar la etiqueta de lo que comemos y bebemos, si sólo tenemos tiempo para ganar dinero que nos permita comprar comida y comprar medicinas para curar enfermedades que adquirimos por malos hábitos relacionados con nuestra falta de tiempo (comida rápida, traslados en transportes *rápidos*, alivio de dolores y afecciones rápido)?

La encuesta del INEGI sobre práctica deportiva y ejercicio físico, deja ver que a mayor preparación académica, es mayor el porcentaje de población físicamente activa. De los participantes en la encuesta, el 70 % de las personas sin educación básica terminada es inactiva; sólo el 29.3% es activa físicamente; en el grupo de entrevistados con al menos un grado de educación superior, el número de personas activas aumenta a 57.9% y el de las inactivas se reduce a 42.1%.

El 60% de la población que no realiza actividad, pero que alguna vez practicó algún deporte mencionó que la principal razón de deserción fue la falta de tiempo.

La autora es profesora de la **Universidad Iberoamericana Puebla**.

Este texto se encuentra en: <http://circulodeescritores.blogspot.com>

Sus comentarios son bienvenidos