



Resumen ejecutivo Sistemas alimentarios para una mejor salud

*Una nueva narrativa para
orientar las políticas y
prácticas con el fin de
mejorar la salud y el
bienestar de los seres
humanos, los ecosistemas
y los animales*



Organización
Mundial de la Salud

La alimentación ocupa un lugar central en la salud y el bienestar de los seres humanos, los ecosistemas y los animales. Nuestra salud y bienestar se ven directamente afectados por los sistemas alimentarios que tenemos establecidos –nuestra forma de cultivar, cosechar, elaborar, transportar, comercializar, consumir y desechar alimentos– a través de vías múltiples e interrelacionadas. Hoy en día, nuestros sistemas alimentarios nos hacen enfermar, además de contribuir al cambio climático y socavar la salud de los ecosistemas y los servicios esenciales de los que dependen nuestra salud y bienestar. La COVID-19 y el cambio climático exacerbaban esta onerosa carga para la salud e impulsan incesantemente las desigualdades en ese ámbito.

Los sistemas alimentarios afectan a la salud de muchos modos. Por ejemplo, en todo el mundo **690 millones de personas pasan hambre, 2000 millones de personas tienen mala nutrición por carencia de micronutrientes** y hay **677,6 millones de adultos obesos; las zoonosis causan 2500 millones de casos de enfermedades humanas y 2700 millones de víctimas mortales cada año a escala mundial;** al menos **700 000 personas mueren** anualmente **por enfermedades farmacorresistentes; el 44% de los agricultores se intoxican a causa de los plaguicidas** cada año; y al menos **170 000 trabajadores agrícolas mueren** cada año por esa causa.

En las decisiones sobre los sistemas alimentarios las consideraciones sobre sus efectos en la salud rara vez han sido determinantes, por lo que se hace necesario propiciar nuevas narrativas y nuevas formas de pensar que sitúen la salud (de las personas, el planeta y los animales) en el centro de una transformación de las políticas y prácticas alimentarias y de los sistemas de salud. Para ello se requerirá:

- **una visión global** y reflexionar sobre las muchas formas diferentes en que los sistemas alimentarios afectan a la salud y tener estos elementos en cuenta en la adopción de decisiones;
- **cambiar la perspectiva** a fin de garantizar que la alimentación aporte beneficios para la salud de todas las personas, dondequiera que vivan, y pasar de la producción y consumo de alimentos de alto contenido calórico a alimentos que contribuyan a una alimentación saludable y sean ricos en nutrientes, variados, de producción sostenible y distribuidos de forma equitativa;
- poner en marcha **políticas y prácticas** para hacer frente a los determinantes físicos, económicos, comerciales y ecológicos del nexo entre la alimentación y la salud;
- introducir **cambios en los sistemas** para procurar que los sistemas alimentarios se transformen y desemboquen en mejores resultados de salud incorporando el concepto de dietas saludables y sostenibles con marcos de gobernanza democráticos, transparentes y responsables y realizando investigaciones accesibles, creíbles e interdisciplinarias en este ámbito; y
- **reconocer** el derecho humano a alimentos inocuos y nutritivos.

La **“narrativa de salud”** describe las formas principales en que los sistemas alimentarios influyen en la salud y propone principios y prácticas para orientar la adopción de medidas. Va dirigido a todas las personas que intervienen en el sistema alimentario con el fin de orientar sus reflexiones y la adopción de decisiones.

Cómo afectan los sistemas alimentarios a la salud humana

La presente narrativa parte del informe del Panel Internacional de Expertos en Sistemas Alimentarios Sostenibles, titulado *Cómo entender el nexo alimentación-salud*,¹ en el que se analizan cinco vías interconectadas y vinculadas entre sí por las que los sistemas alimentarios afectan negativamente a la salud (fig. 1) y los factores que influyen en dichas vías, tanto internamente, dentro de los mismos sistemas alimentarios, como externamente a través de los determinantes sociales, económicos, ambientales y comerciales de la salud (fig. 2). Cuando los sistemas alimentarios se orientan hacia las ganancias y la productividad, puede generarse un círculo vicioso de enfermedad y mala salud que afecta principalmente a las personas más vulnerables de la sociedad. Ahora bien, si se abordan los determinantes y los puntos críticos a través de las cinco vías, los sistemas alimentarios pueden influir de forma positiva en la salud y el bienestar.

Las cinco vías son las siguientes:



Dietas no saludables e inseguridad alimentaria. Esta vía comprende los aspectos de los sistemas alimentarios que desembocan en dietas no saludables o inseguridad alimentaria y por tanto contribuyen a la mala nutrición en todas sus formas. La mala nutrición y el hambre constituyen los mayores riesgos para la salud humana por las muertes y enfermedades que provocan, entre las que se incluyen la obesidad, las carencias de micronutrientes, el retraso del crecimiento, la emaciación, las enfermedades transmisibles y no transmisibles y las enfermedades mentales.



Patógenos zoonóticos y resistencia a los antimicrobianos. Esta vía comprende las rutas por las que los animales criados en granjas o rebaños y los animales salvajes capturados que entran en las cadenas de suministro de alimentos y el uso de antibióticos provocan enfermedades zoonóticas y resistencia a los antimicrobianos, lo que a su vez da lugar a enfermedades transmisibles y no transmisibles en los seres humanos.



Alimentos insalubres y adulterados. En esta vía, los sistemas alimentarios son la causa de diferentes enfermedades (por ejemplo, carencia de micronutrientes, retraso del crecimiento, emaciación, enfermedades transmisibles y no transmisibles y enfermedades mentales) cuando los alimentos y el agua contienen agentes infecciosos o tóxicos, microorganismos patógenos (como bacterias, virus y parásitos) o residuos químicos, contaminantes o biotoxinas. Estos contaminantes pueden estar presentes en cadenas de suministro de alimentos no inocuas o en entornos malsanos o pueden deberse a comportamiento poco saludables.



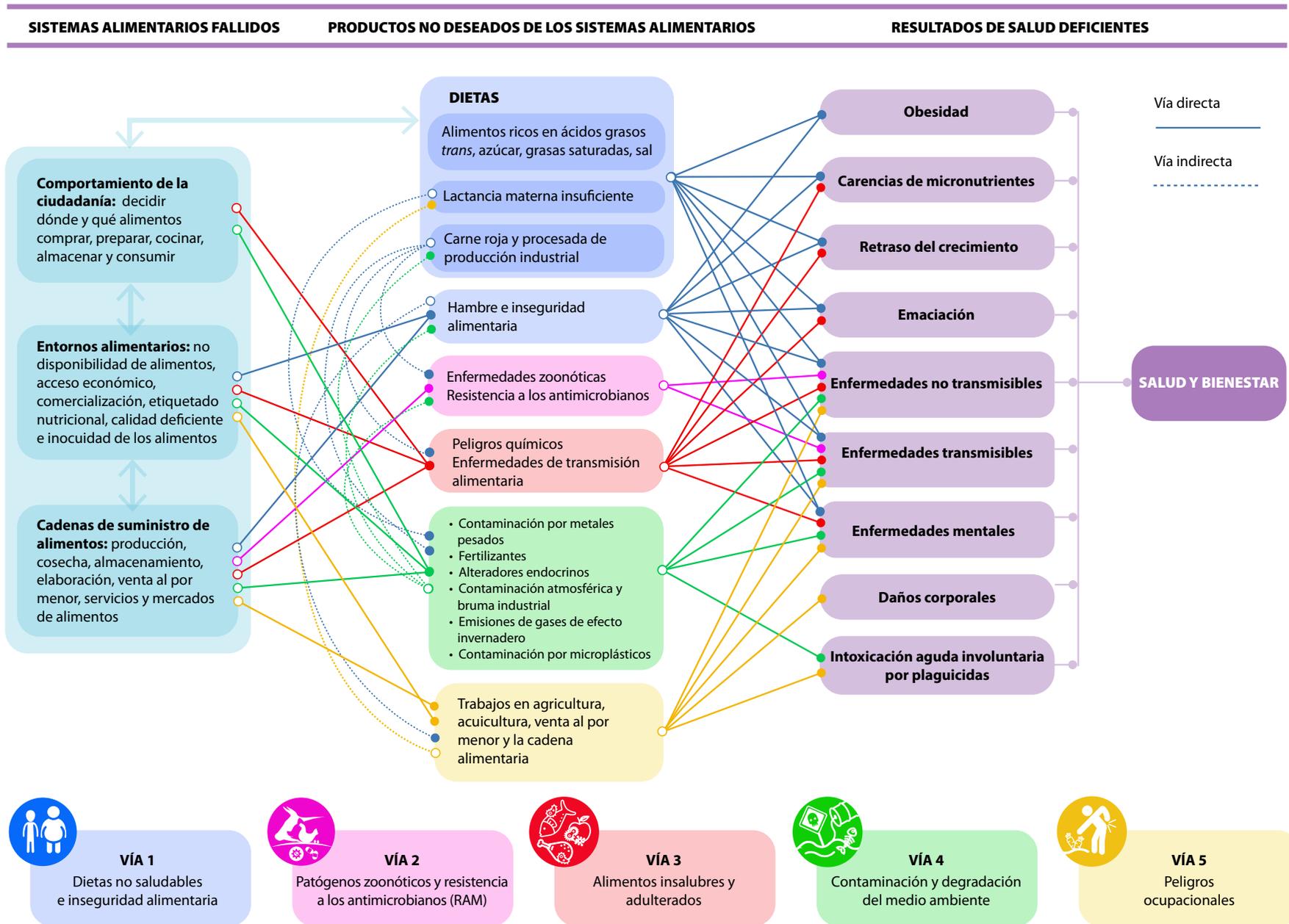
Contaminación y degradación del medio ambiente. Esta vía engloba la contaminación del medio ambiente por la utilización en las cadenas de suministro de alimentos y en los entornos alimentarios de fertilizantes, estiércol, productos que contienen metales pesados, alteradores endocrinos y promotores de hormonas de crecimiento, que pueden provocar diferentes afecciones, como enfermedades mentales y otras enfermedades transmisibles y no transmisibles. Abarca la degradación del medio ambiente debida a la producción de alimentos, los entornos alimentarios y los comportamientos de la ciudadanía por la emisión de partículas que contaminan el aire, gases de efecto invernadero y microplásticos, que afectan a nuestra salud y bienestar.



Peligros ocupacionales. Esta vía comprende los muchos efectos para la salud física y mental de las personas que trabajan en el sistema alimentario (por ejemplo, agricultores, pescadores, trabajadores agrícolas y personas dedicadas a la venta de alimentos al por menor, la elaboración de alimentos y otros sectores de la cadena alimentaria) por el tipo de trabajo que realizan o sus condiciones laborales. Entre dichos efectos se incluyen los siguientes: sobrecarga térmica por calor y frío, lesiones, exposición a productos químicos por el uso de plaguicidas, fertilizantes e insecticidas, riesgos biológicos como mordeduras de serpiente, enfermedades infecciosas y parasitarias, zoonosis, riesgos ergonómicos y riesgos psicosociales que dan lugar a estrés y a enfermedades mentales, en particular el suicidio.

¹ Global Alliance for the Future of Food, Panel Internacional de Expertos en Sistemas Alimentarios Sostenibles. 2017. *Cómo entender el nexo alimentación-salud: las prácticas, economía política y relaciones de poder para construir sistemas alimentarios más saludables*. Bruselas.

Figura 1. Las cinco vías interconectadas y vinculadas entre sí por las que los sistemas alimentarios afectan negativamente a la salud humana



Transformar los sistemas alimentarios para mejorar la salud

A fin de cambiar la narrativa y la forma de pensar de las instancias decisorias para lograr mejores resultados de salud a través de los sistemas alimentarios, es necesario en primer lugar cambiar la gobernanza de tales sistemas. La políticas y prácticas deberían hacer frente a los determinantes físicos, económicos, comerciales y ecológicos de la salud (figs. 2 y 3). Los cambios sistémicos para una mejor salud pueden basarse en tres pilares: incorporación del concepto de dietas saludables y sostenibles; marcos de gobernanza democráticos, transparentes y responsables; e investigaciones accesibles, creíbles e interdisciplinarias (fig. 3).

Figura 2. Principales determinantes que afectan a la salud humana a través de los sistemas alimentarios

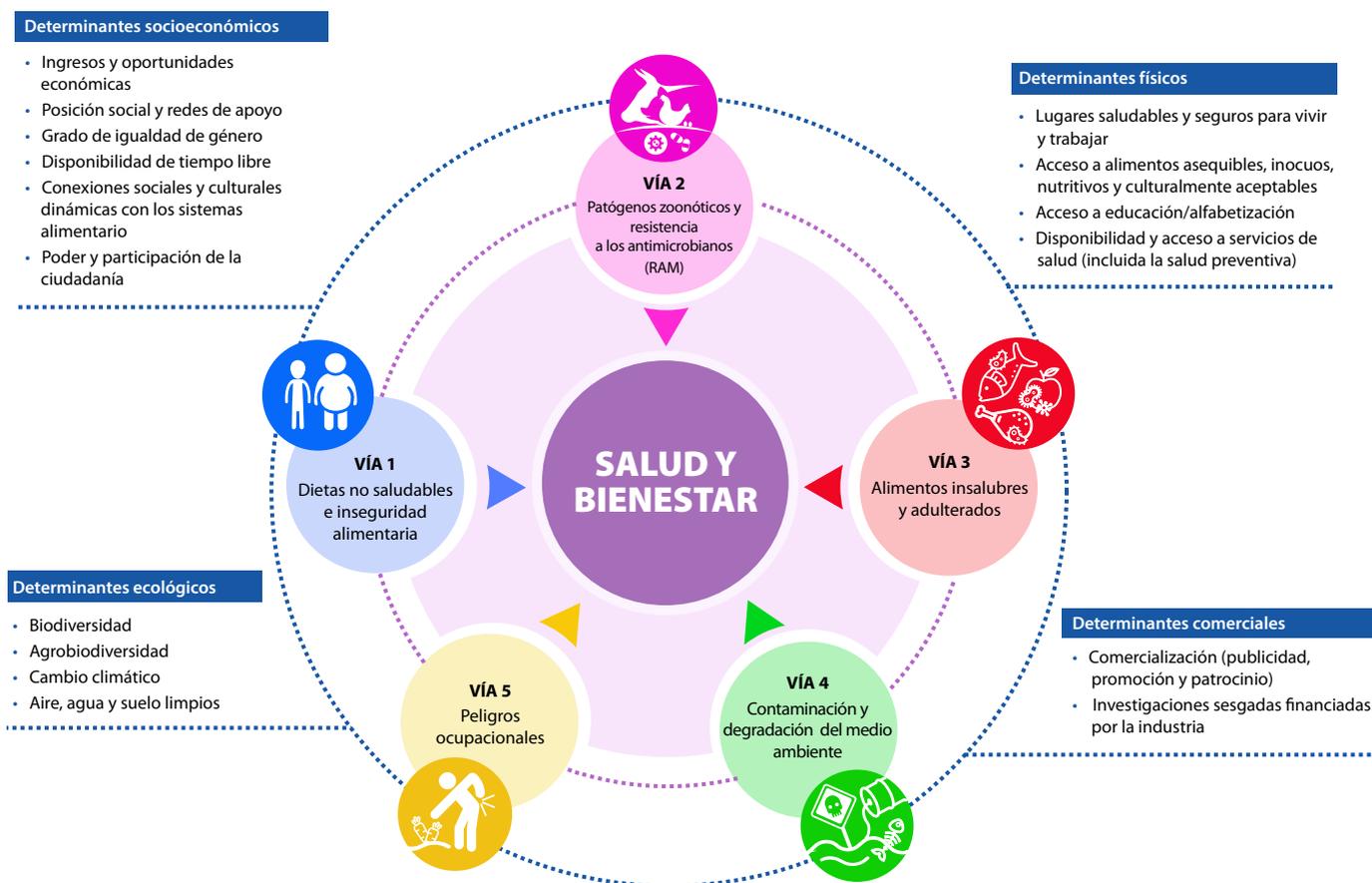
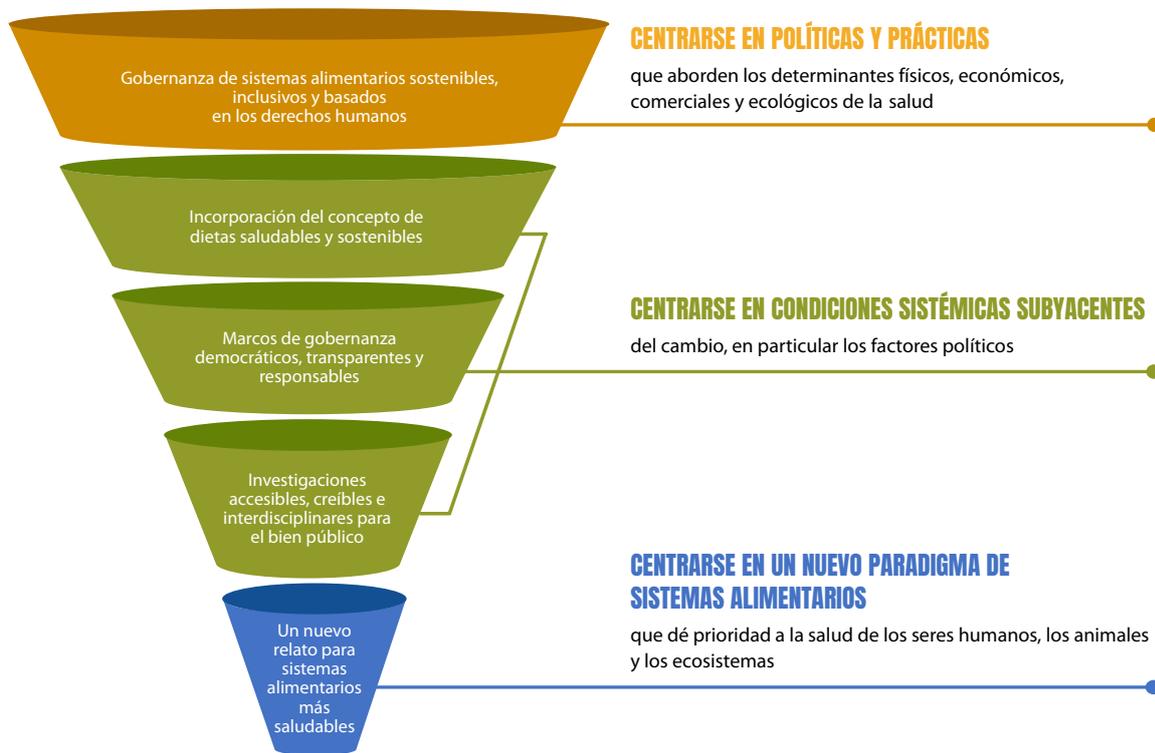


Figura 3. Una nueva forma de pensar para sistemas alimentarios más saludables



Entre las medidas que pueden adoptarse para transformar los sistemas alimentarios se incluyen las siguientes

Incorporar el concepto de dietas saludables y sostenibles

- **Acordar definiciones y sistemas de medición** de lo que constituye una **dieta asequible, saludable y sostenible**, con una definición consensuada de alimento ultraprocesado.
- **Adoptar políticas para mejorar el acceso a dietas asequibles, saludables y sostenibles.** Debería ser una prioridad para los gobiernos el establecimiento de un conjunto amplio de políticas para hacer frente a la mala nutrición en todas sus formas y apoyar una transición sostenible hacia una buena nutrición y salud para todos. No hay una «solución milagrosa». El conjunto de políticas puede incluir incentivos fiscales, directrices dietéticas basadas en los alimentos, políticas sobre etiquetado nutricional, políticas públicas sobre adquisición de alimentos y/o restricciones sobre la comercialización de bebidas y alimentos ricos en grasas saturadas, azúcares y/o sal, además de programas de educación del consumidor. Las políticas variarán en función de los contextos.
- **Definir la función de los productos de origen animal, en particular la carne, en una dieta saludable y sostenible.** Los gobiernos podrían elaborar directrices dietéticas de ámbito nacional, regional o territorial con orientaciones específicas sobre la carne a fin de prevenir de forma sostenible las carencias de micronutrientes y las enfermedades no transmisibles relacionadas con la alimentación.
- **Establecer sistemas agrícolas que tengan en cuenta las necesidades nutricionales.** Los sistemas de producción agrícola deben diversificarse y estar mejor alineados con las directrices dietéticas, y debería incrementarse la disponibilidad de cultivos variados, adecuados culturalmente, sostenibles y nutritivos.
- **Vincular el comercio internacional de alimentos con la salud.** Habida cuenta de que el 80% de la población mundial depende de las importaciones para satisfacer al menos parte de sus necesidades alimentarias y nutricionales, es crucial contar con políticas comerciales que promuevan la inocuidad y seguridad alimentarias, la salud y la sostenibilidad. La COVID-19 ha dejado al descubierto la fragilidad y vulnerabilidad de los sistemas alimentarios a las perturbaciones externas y ha demostrado que muchos países deberían cultivar muchos más alimentos frescos y ricos en nutrientes en el ámbito local para garantizar su frescura y la calidad de los nutrientes y reducir el desperdicio de productos frescos.

Marcos de gobernanza democráticos, transparentes y responsables para los sistemas alimentarios

- **Rectificar los desequilibrios de poder, fortalecer la intervención y dar a todos los actores las mismas oportunidades de manifestarse.** Los gobiernos y otras instancias decisorias deberían utilizar un enfoque basado en los derechos humanos y poner en práctica los principios por los que todas las personas tienen derecho a alimentos adecuados y todos los niños deben tener acceso a alimentos nutritivos adecuados y agua potable, según se reconoce en el derecho internacional de los derechos humanos. Una participación constructiva es esencial para garantizar la transparencia y la rendición de cuentas y generar confianza en la toma de decisiones.
- **Abandonar enfoques aislados para reformar los sistemas alimentarios y prevenir la mala nutrición en todas sus formas.** Los gobiernos y los donantes deberían fomentar la coordinación y coherencia de políticas entre ministerios, sectores y organismos y diferentes niveles de gobernanza (local, nacional, regional y mundial) con el fin de alinear y armonizar las medidas de política y las actuaciones en los sectores de la salud de los seres humanos, los animales y los ecosistemas y evitar políticas inconexas o incoherentes.
- **Establecer sistemas de alerta temprana y de seguimiento y vigilancia eficaces, activos e integrados.** Los gobiernos, en estrecha colaboración con las organizaciones intergubernamentales, deberían fortalecer los sistemas nacionales de vigilancia a fin de que alerten pronto de las diferentes enfermedades humanas y animales señaladas anteriormente, y de las condiciones ecológicas subyacentes que generan emergencias epidemiológicas.

Investigaciones accesibles, creíbles e interdisciplinarias para el bien público

- **Cerrar la brecha entre la ciencia y la política.** La investigación está con frecuencia desconectada de las personas a las que se supone que beneficia. Los dirigentes locales, comunitarios y municipales, los jóvenes y las mujeres, los grupos indígenas, los agricultores y los grupos desfavorecidos deben colaborar para garantizar que la investigación esté alineada con el interés público y el bien público y para salvaguardar los conocimientos y cultura esenciales que se encuentran en la base de muchas prácticas de producción sostenibles. Es más, esa investigación debería utilizarse en la formulación de políticas.
- **Gestionar el poder y la influencia del sector privado.** La función del sector privado en la ejecución del cambio incluye la financiación de las investigaciones. Ahora bien, debe reconocerse que las alianzas con terceros que tienen intereses en pugna con la mejora de la salud de los seres humanos y los ecosistemas pueden provocar daños y desconfianza. Se requerirán nuevos modelos de financiación para el sector público-privado con el fin de evitar conflictos de intereses y garantizar la imparcialidad, la rendición de cuentas y la transparencia.
- **Favorecer la investigación interdisciplinaria.** La investigación interdisciplinaria es imperativa para abordar los retos de la salud mundial y los sistemas alimentarios y para fomentar la comprensión científica de los determinantes de sistemas alimentarios más saludables. Debería garantizarse una mayor colaboración entre los investigadores que trabajan en el ámbito de la salud de los seres humanos, los ecosistemas y los animales.
- **Elaborar indicadores de salud positivos.** Se conocen poco los indicadores de salud positivos, que son cruciales para medir los determinantes de la salud en una población, comunidad u hogar. Además, las mediciones de los indicadores positivos deberían desglosarse, por ejemplo por género o por ingresos.
- **Utilizar métodos mixtos de investigación para incluir datos cualitativos y métodos de las ciencias sociales.** Las investigaciones cualitativas y en ciencias sociales son útiles y su importancia ha ido en aumento en los últimos años. Se dispone de nuevos métodos para compilar más y mejores datos cualitativos, como cuestionarios, redes de agricultores, encuestadores «callejeros», grupos de reflexión y entrevistas.

Próximas etapas

En el presente documento se esboza de qué modo los sistemas alimentarios influyen en nuestra salud (o en la falta de salud) a través de muchas vías interconectadas y vinculadas entre sí. Se requiere un cambio de paradigma hacia políticas y prácticas más resilientes, equitativas, saludables y sostenibles en los sistemas alimentarios. Debemos cambiar nuestra forma de pensar, producir, distribuir, consumir, desechar y valorar alimentos para lograr mejores resultados de salud. La materialización de esta nueva narrativa requiere compromisos mundiales para tomar medidas sobre las prioridades emergentes.

- **Los actores de los sistemas alimentarios y de salud deberían cambiar su narrativa para cambiar también la mentalidad de las instancias decisorias con el fin de lograr una transición sostenible hacia una buena nutrición y salud para todos.** La narrativa importa: impulsa y domina las investigaciones, las inversiones, la formulación de políticas y las prácticas de muchas de las más poderosas instancias de los sistemas alimentarios, en particular los gobiernos, los inversores, las empresas y las instituciones de investigación. La transformación de las narrativas y la forma de pensar debería centrarse en la mejora de la salud de los seres humanos, los ecosistemas y los animales.
- **Los actores, dirigentes e instancias decisorias en los sistemas alimentarios y de salud deberían tomar como punto de partida los resultados de la Segunda Conferencia Internacional sobre Nutrición y la Cumbre de las Naciones Unidas sobre Sistemas Alimentarios, la 26.ª Conferencia de las Partes en la Convención Marco de las Naciones Unidas sobre el Cambio Climático, la 15.ª Conferencia de las Partes en el Convenio sobre la Diversidad Biológica, las reuniones de los grupos de países del G7 y el G20 y la Cumbre sobre Nutrición para el Crecimiento con objeto de proclamar nuevos compromisos para lograr que los sistemas alimentarios sean resilientes, justos, saludables y sostenibles.** Deberían establecerse políticas y prácticas para abordar los determinantes que propician una mejor salud y bienestar de los seres humanos, los ecosistemas y los animales. El diálogo y las medidas deben dirigirse a los retos sistémicos y las oportunidades, como marcos de gobernanza inclusivos, transparentes y responsables; investigaciones accesibles, sólidas e interdisciplinarias; y sistemas alimentarios que optimicen los resultados en materia de salud pública, nutricional y medioambiental y fomenten la resiliencia social y ecológica ante los cambios ambientales a escala mundial.
- **Las organizaciones que intervienen en los sistemas alimentarios en el ámbito local, regional, nacional e internacional deberían dar prioridad a las políticas y prácticas que priman el principio de «Una sola salud», en el que la salud y el bienestar de los seres humanos, los ecosistemas y los animales se conciben como un todo unitario.** La escala de los retos requiere una acción renovada para hacer frente a las causas de la mala salud y crear las condiciones de una buena salud. Los gobiernos, las organizaciones de la sociedad civil, los inversores y otras partes interesadas deberían determinar las intervenciones necesarias para vincular la salud de los ecosistemas con la de los seres humanos y que fomentan la salud a través de múltiples vías.
- **Los actores de los sistemas alimentarios y de salud deberían garantizar el establecimiento de enfoques integrados de participación en la gobernanza y la formulación de políticas en los ámbitos local, regional, nacional e internacional con el fin de rectificar los desequilibrios de poder en los sistemas alimentarios que generan inequidad en el acceso a la salud para todos.** Deberían elaborarse políticas de forma inclusiva y transparente para fortalecer el poder de los grupos desfavorecidos más afectados por las decisiones, evitando conflictos de intereses reales o percibidos.
- **Las organizaciones y profesionales que trabajan en el ámbito de la salud, la sostenibilidad y el desarrollo deberían colaborar más estrechamente y armonizar su trabajo en torno a objetivos de salud comunes bien definidos.** La colaboración interdisciplinaria es esencial para abordar la complejidad de las interacciones entre los alimentos y la salud, comprender las diferentes situaciones y formular respuestas eficaces y sistémicas a los principales determinantes de la salud.

- **Los investigadores e innovadores en los sistemas alimentarios deberían insistir en la producción de bienes públicos que contribuyan a una mejor salud.** Los programas públicos de investigación e innovación sobre la alimentación, la agricultura, el medio ambiente y el cambio climático deben redefinirse para promover los bienes públicos, en particular los resultados de salud. Los programas deberían ser elaborados por una amplia selección de actores interesados –ciudadanos, agricultores, pescadores, poblaciones indígenas o portadores de conocimientos tradicionales– y estar diseñados para prestarles servicios. Las investigaciones e innovación creadas y diseñadas conjuntamente deberían apoyarse con enfoques inclusivos de participación que cierren la brecha entre los sistemas alimentarios y los sistemas de salud. Las investigaciones y las directrices, así como otros materiales de política, deberían adaptarse a los requisitos de las instancias decisorias locales, con arreglo a su cultura y contexto.
- **Las instancias normativas, los profesionales y los inversionistas en sistemas alimentarios deberían reorientar sus actividades para incrementar la producción y el consumo de cultivos ricos en nutrientes con el fin de mejorar los resultados de salud en las cinco vías definidas anteriormente.** Las actividades deberían basarse en sistemas agrícolas sostenibles, como la agricultura agroecológica y regenerativa, que promuevan cultivos ricos en nutrientes y aborden los determinantes ambientales, sociales, económicos y comerciales del acceso a dietas inocuas, saludables, nutritivas, asequibles y adecuadas culturalmente.

La evidencia es clara, urgente y convincente: 2021 y los años siguientes ofrecen una oportunidad única para rediseñar los sistemas alimentarios a fin de mejorar la salud en varios foros y conferencias internacionales importantes sobre biodiversidad, sistemas alimentarios, nutrición y cambio climático. Hay ímpetu y voluntad por parte de muchos actores para colaborar y trabajar hacia ese cambio en los sistemas alimentarios, de salud y naturales. Ahora es el momento de velar por el cumplimiento del Decenio de Acción sobre la Nutrición (2016-2025) y la década de acción sobre los Objetivos de Desarrollo Sostenible (2020-2030). La energía invertida en organizar la Cumbre de las Naciones Unidas sobre los Sistemas Alimentarios, la 26.ª Conferencia de las Partes en la Convención Marco de las Naciones Unidas sobre el Cambio Climático y la 15.ª Conferencia de las Partes en el Convenio sobre la Diversidad Biológica, así como el marco mundial de la diversidad biológica posterior a 2020 y la Cumbre sobre Nutrición para el Crecimiento, debe dar lugar a mejor salud y bienestar para nuestro planeta y todos sus habitantes.

