

Radiografía del estómago venezolano en crisis: más carbohidratos y menos calidad de vida

Autor Administrator

Thursday, 19 de November de 2015

Modificado el Thursday, 19 de November de 2015

11,3% de los ciudadanos consume 2 o menos comidas al día

Por: DANIEL ROJAS

Los altos costos de los productos alimenticios y la escasez inciden en la calidad de vida de los venezolanos. Especialistas alertan sobre sus consecuencias para la salud, mientras el Gobierno garantiza seguridad alimentaria

Más mantequilla, más aceite, más mayonesa, un exceso de harinas en forma de pastas, arepas, tequeños, empanadas y pan: exceso de carbohidratos de los malos, esos que son altamente refinados y procesados, y, por lo tanto, pierden la mayor parte del valor nutritivo y de fibra.

Esos, según algunos caraqueños consultados este miércoles, conforman mayoritariamente sus comidas, sobre todo en los últimos años cuando la inflación y la escasez cada vez castigan más al bolsillo y la paciencia del ciudadano de a pie.

Debido a la coyuntura económica, el venezolano ha tenido que ajustar su alimentación diaria. Consume productos con alto contenido calórico y ha dejado de lado los alimentos proteicos como las carnes, leches y huevos, al tiempo que ha reducido considerablemente el consumo de frutas y vegetales. Por lo menos, así lo aseguran los consultados en un recorrido realizado por Contrapunto.

«Yo intento comer bien, pero cada día es más difícil porque no se consigue fácilmente ni la carne ni el pollo y todo lo demás es caro. Lo que le queda a uno es hacer más pasta, arepas y comprar más pan», cuenta Juan Carlos Ribas, mientras espera un arroz con pollo que pide en un restaurante popular en Chacao.

La situación que describe Ribas no es casual. De acuerdo con la encuesta Condiciones de Vida del Venezolano 2014 (Encovi), realizada por investigadores de las universidades Central de Venezuela, Simón Bolívar y Católica Andrés Bello, la alimentación del venezolano se ha deteriorado en todos los estratos sociales, aunque con mayor efecto negativo en las clases más desposeídas.

«Siempre mantuvimos un aporte de proteínas vegetales como en los granos, con los huevos y quesos frescos autóctonos del país. En la actualidad, nos encontramos con un patrón que utiliza de manera exagerada a los carbohidratos como aporte de energía, porque la alimentación de los venezolanos, hoy en día, está marcada por un pobre acceso a los productos, que son muy caros o no se consiguen», expresó la investigadora Marianela Herrera Cuenca, quien formó parte del equipo realizador de la encuesta.

Entre las cifras y lo que dice la gente

Para María González, madre de Iván, la lucha diaria por conseguir productos de la cesta básica la agota y frustra.

«Lo acabo de pasar buscando del colegio, y antes estuve en una cola para comprar pasta que es lo que más consigo y no es tan costosa (¡!) cada vez estamos peor y comemos lo que conseguimos», dice, mientras termina de comerse un perro caliente y le da a Iván una hamburguesa, ambos comprados en uno de los tradicionales «perreros» de Chacaberto.

A la par de las voces alternativas que denuncian las dificultades para la adquisición de alimentos en el país, el Gobierno Nacional insiste en que Venezuela es uno de los países de la región que ha reducido en mayor medida los niveles de subnutrición.

A mediados de año, Héctor Rodríguez, entonces vicepresidente para el Desarrollo Social y actual candidato chavista a la Asamblea Nacional, destacó que en el país el 94 % de la población come por lo menos tres veces al día.

"Hemos reducido los niveles de subnutrición en Venezuela y hemos logrado que más de 94% coma por lo menos tres platos de comida diaria", precisó, al mostrar el Mapa del Hambre de la Cepal (Comisión Económica para América Latina y el Caribe).

El vicepresidente de Seguridad y Soberanía Alimentaria, Carlos Osorio, precisó en junio pasado que entre enero y mayo de este año se había distribuido un millón 640 mil 101 toneladas de alimentos en todo el país, mientras que en el mismo periodo de tiempo del año 2014 se distribuyó un millón 426 toneladas de alimentos.

Sobre ese asunto, la encuesta Condiciones de Vida del Venezolano 2014, que se realizó en 1.479 hogares de todos los estratos socioeconómicos, reveló que el 80% de los encuestados consideró que no posee los ingresos necesarios

para obtener productos alimenticios.

El estudio también arrojó que el 11,3% de las personas en Venezuela consume 2 o menos comidas diariamente, mientras que 88,7% hace tres comidas.

«En Venezuela, no tenemos acceso ni disponibilidad a alimentos saludables de forma permanente y constante para la mayoría de la población. Entonces, estamos en situación de inseguridad alimentaria en el país y estamos enfrentando una crisis de alimentación que puede terminar con la llegada del hambre para un gran sector de la población, sobre todo para los sectores más vulnerables y desprotegidos», indicó Herrera Cuenca.

Consecuencias para la salud

La especialista consultada alerta que la falta de alimentos indispensables para una buena salud, incide directamente y de forma negativa en el crecimiento de los niños.

«Cuando recortamos el consumo de leche y proteínas vemos que la disponibilidad de hierro está en déficit y ello afecta el desarrollo cognitivo y vemos niños que tienen bajo rendimiento escolar», agregó.

Aunado a ello, dijo, el consumo insuficiente de carnes, pollo, huevos y pescado provoca deficiencias en el proceso de crecimiento y desarrollo de los niños, así como en el desarrollo cognitivo.

«Entonces, eso hace que los niños se sientan excluidos porque no tienen la capacidad de entender y comprender lo que deberían estar aprendiendo en los recintos escolares», subrayó.

El estudio también especificó que solo el 10% de los encuestados admitió haber padecido de alguna enfermedad relacionada con el consumo de alimentos. Las más comunes son gastritis, parásitos e intoxicaciones.

Alejandra Peraza, aunque no participó en la encuesta, afirma que «últimamente come peor», muy a pesar de sus intentos por una alimentación balanceada. No le alcanza el dinero ni el tiempo para lograrlo.

«Intento llevar al trabajo alguna proteína, arroz y ensaladas, pero muchas veces no lo logro. Cuando me doy cuenta como más arroz con un poquito de pollo, porque está muy caro y no tengo tiempo de hacer colas. Comer así me hace sentirme pesada, desgana, es horrible», resalta.

La mirada internacional

Como parte de las Metas del Milenio, que tienen como objetivo erradicar el hambre y la pobreza en el mundo, 139 naciones se comprometieron a bajar a la mitad, entre 1990 y 2015, los números de personas con hambre. Sin embargo, solamente 38 países lograron la meta en el mundo y Venezuela está dentro del grupo de naciones que lo hicieron, bajo parámetros considerados como "extraordinarios".

De acuerdo con la Organización de Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO, por sus siglas en inglés), Venezuela padecía inseguridad alimentaria crónica antes del inicio de la llamada Revolución Bolivariana.

Tras el triunfo chavista se ha elevado las calorías en 50% con respecto al año 1998, lo cual ubica en 3.290 calorías/persona/día para el año 2012, refiere el libro Alimentación y Nutrición. Pensamiento y obra de Hugo Chávez (2014).

Las más recientes estimaciones de la FAO en materia de alimentación ubican a Venezuela en el grupo de 15 países (entre los que se encuentran Cuba, Nicaragua, Guyana, Perú, San Vicente y las Granadinas, Uruguay, Chile, Brasil) que han realizado progresos excepcionales por reducir la prevalencia de la subnutrición del 13,5%, en el período 1990-1992, a menos de un 5%, durante el lapso 2010-2012, con lo cual se logró la meta de los objetivos referentes al hambre.

<http://contrapunto.com/noticia/radiografia-del-estomago-venezolano-en-crisis-mas-carbohidratos-y-menos-calidad-de-vida-48485/>