

Consumo de sal

25. IMPLANTAR PROGRAMAS DE REDUCCIÓN DE LA INGESTA DE SAL SOSTENIBLES, FINANCIADOS, BASADOS EN PRUEBAS CIENTÍFICAS, INTEGRADOS CON OTROS PROGRAMAS DE ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD, QUE INCLUYAN A TODA POBLACIÓN, Y ESPECIALMENTE A LOS NIÑOS.

La reducción poblacional del consumo de sal es una de las medidas más costo-efectivas (y de reducción del gasto) disponibles para mejorar la salud, y se asocia con disminuciones de la incidencia y la mortalidad por enfermedades vinculadas con su elevada ingesta.

26. REGULAR, MEDIANTE LEGISLACIÓN, POLÍTICAS FISCALES E INCENTIVOS ECONÓMICOS, Y SUPERVISAR DE CERCA EL ESTABLECIMIENTO POR PARTE DE LAS INDUSTRIAS ALIMENTARIAS LOCALES DE METAS GRADUALES Y CRONOGRAMAS DE REDUCCIÓN DEL CONTENIDO DE SAL DE TODOS LOS ALIMENTOS Y ELABORAR UNA POLÍTICA PARA QUE TODAS LAS COMPRAS DE ALIMENTOS FINANCIADOS PÚBLICAMENTE SEAN CONGRUENTES CON LOS NIVELES DE SAL RECOMENDADOS.

En países donde se ha reducido el contenido de sal de los alimentos por medio de acuerdos con la industria o por vía legislativa se han observado descensos de la tensión sistólica a escala poblacional.

27. AMPLIAR EL RESPALDO DEL CODEX ALIMENTARIUS PARA QUE EL ETIQUETADO DE LOS PRODUCTOS ALIMENTICIOS QUE CONTENGAN SAL O SODIO SEA OBLIGATORIO. ASIMISMO, APROBAR REGULACIONES PARA DECLARAR PÚBLICAMENTE Y ACTUALIZAR DE FORMA REGULAR Y ESTANDARIZADA LOS NUTRIENTES CONTENIDOS EN TODOS LOS ALIMENTOS MANUFACTURADOS.

La información que forma parte del etiquetado de los alimentos, así como los mensajes de advertencia que los deberían acompañar, cuando están bien diseñados para informar al público lego, constituyen una pieza adicional clave de todas las campañas de educación en salud de la población.

28. INFORMAR A LA POBLACIÓN GENERAL SOBRE LOS RIESGOS PARA LA SALUD ASOCIADOS CON LA DIETA DE ALTO CONTENIDO EN SAL Y LA FORMA DE REDUCIR SU CONSUMO Y ESTIMULAR EL PAPEL DE LA SOCIEDAD CIVIL, PARTICULARMENTE DE LAS ASOCIACIONES DE CONSUMIDORES, PARA VELAR POR EL CUMPLIMIENTO DE LOS COMPROMISOS Y REGULACIONES.

La educación de la población sobre dichos riesgos y la forma de reducirlos son dos de las piedras angulares de la efectividad de las políticas dirigidas a disminuir su consumo y los riesgos asociados con su elevada ingesta.

29. IMPLANTAR UN SISTEMA NACIONAL DE VIGILANCIA PARA IDENTIFICAR LOS CONTENIDOS DE SAL DE LOS ALIMENTOS Y SUS PRINCIPALES FUENTES, EVALUAR EL GRADO DE CONSECUCCIÓN DE LOS COMPROMISOS CONTRAÍDOS, DE LA META INTERNACIONAL RECOMENDADA DE INGESTA DE SAL (OMS: < 5G/PERSONA/DÍA) Y DE LAS QUE DIMANAN DE LAS POLÍTICAS NACIONALES DE REDUCCIÓN DE LA SAL, Y ESTIMAR EL IMPACTO EN LA SALUD Y ECONÓMICO DE LA DIETA DE ALTO CONTENIDO EN SAL.

Los sistemas de vigilancia activa del desarrollo y el alcance de las acciones acometidas en la reducción de la ingesta de la sal son la principal fuente de datos para conocer el grado de consecución de los objetivos marcados y la efectividad de las políticas de reducción de la ingesta de sal.

30. MONITORIZAR LOS EFECTOS ADVERSOS POTENCIALES DE LA REDUCCIÓN DE SODIO DE LOS ALIMENTOS.

A veces, la reducción del contenido en sodio de los alimentos se acompaña de su sustitución por aditivos grasos y otros compuestos nocivos. Si la intervención no se planifica adecuadamente, puede reducir la ingesta de yodo.

Alimentación saludable

31. PROMOVER UNA POLÍTICA AGRÍCOLA SOSTENIBLE PARA AUMENTAR LA PRODUCCIÓN, LA OFERTA, EL ACCESO Y LA ACEPTACIÓN DE ALIMENTOS SALUDABLES Y REDUCIR LOS DE LOS NOCIVOS.

Averiguar si la oferta en los mercados nacionales y el exceso de consumo de grasas, calorías y alimentos nocivos para la salud están influidos por las políticas de agricultura y la cadena de suministros en su conjunto, y estimar el potencial para aumentar la producción, la oferta, el acceso y la aceptación de alimentos saludables y reducir los de los nocivos.

Está demostrado que determinadas políticas de agricultura se asocian con cambios en los precios y la disponibilidad de alimentos que, junto con la regulación de su contenido en nutrientes, influyen en los modelos de producción alimentaria. En varios países se ha comprobado que es posible vincular estrechamente políticas de promoción, producción e investigación agrícolas que conducen a mejoras de la salud cardiovascular de la población.