

Fecha 12.12.2025	Sección Política	Página 14
----------------------------	----------------------------	---------------------

Menos de 1% de la humanidad tiene garantizada dieta sana y sustentable

Dos mil millones, desnutridos y con hambre: EAT Lancet

ÁNGELES CRUZ MARTÍNEZ

Sólo 115 millones de personas en el mundo (menos de uno por ciento) tienen garantizada una dieta saludable con producción agrícola y pecuaria que protege el ambiente. En cambio, la mitad de la población carece de alimentos y 2 mil millones de personas están desnutridas y pasan hambre, asegura el informe EAT Lancet 2025, elaborado por expertos en salud, agricultura y clima y presentado ayer en la Academia Nacional de Medicina.

Transitar a un mayor consumo de vegetales, frutas y granos, así como mejorar los sistemas de producción con respeto a los ecosistemas evitaría 15 millones de muertes prematuras al año, afirmaron los autores.

Juan Rivera Dommarco, investigador del Instituto Nacional de

Salud Pública (INSP) presentó la propuesta de una dieta de salud planetaria, la cual aumenta el consumo de verduras, pescados y mariscos y reduce el de carne roja. Plantea que la ingesta de azúcares, grasas, sal y embutidos sea muy poca o nula.

También indica el consumo de granos enteros que, en el caso de México, es el maíz. Se recomienda la alimentación con productos frescos, no procesados y cocinados en casa.

Fabrice DeClerk, experto en ciencias agrícolas y ambientales, advirtió que a escala global se han rebasado los límites de siete indicadores de protección del ambiente, como la emisión de gases de efecto invernadero, no destinar más de 40 por ciento de la superficie de la Tierra a uso agrícola, la excesiva contaminación por nitrógeno y fósforo y la sobrexplotación del agua. Esto puede cambiar con sistemas

de producción eficientes, la sustitución de plaguicidas y fertilizantes y otras medidas.

En la elaboración del informe EAT Lancet 2025 participaron 24 investigadores y 35 países.

Después de la presentación, el secretario de Agricultura, Julio Berdegue, señaló que en México el desafío es “¿cómo transformar y por dónde empezamos?”. Si en el sur, donde hay pobreza, las personas se dedican a la ganadería y la propuesta es disminuir el consumo de carne roja, “¿cómo compensamos a esos productores?”.

El secretario de Salud, David Kershenobich, comentó algunas acciones que ya se realizan para cambiar hábitos alimentarios, como el etiquetado frontal de productos ultraprocesados, los impuestos a refrescos y los lineamientos para la venta de alimentos en las escuelas.

