



RESUMEN

- En la Encuesta de Obesidad 2017 de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE), México ocupó el segundo lugar en obesidad y sobrepeso de los países miembros.
- El consumo de azúcares añadidos en la dieta está asociado con aumento de peso, incrementa el riesgo de presentar diabetes, enfermedades cardiovasculares, hígado graso, algunos tipos de cáncer y caries dentales.
- Entre 58% y 85% de los mexicanos consumen más azúcares añadidos que lo recomendado por la OMS; su fuente principal son las bebidas azucaradas como refrescos y jugos de fruta, naturales o procesados.
- Para reducir el consumo de azúcares añadidos en la dieta mexicana, se implementó en 2014 un impuesto a las bebidas azucaradas y a los alimentos de alta densidad calórica.

Azúcares añadidos en la dieta

Según estimaciones, el impuesto aprobado en 2014 a bebidas azucaradas y alimentos de alta densidad calórica, podría prevenir entre 86 mil y 134 mil casos de diabetes para 2030.

Las bebidas azucaradas incluyen refrescos, bebidas energéticas, a base de jugo de frutas y de leche; su consumo se ha asociado a diferentes enfermedades crónicas. En 2014, en México entró en vigor un impuesto en las bebidas azucaradas que implicó un aumento de cerca de 10% del precio total del producto y se espera que, en un plazo de 10 años, el impuesto ayudará a reducir la obesidad en 2.54%. Impuestos similares se han implementado en países como Chile, Francia, Canadá, Reino Unido y Sudáfrica y algunas ciudades en Estados Unidos.

Es común encontrar alimentos procesados que utilizan etiquetas engañosas que no reflejan el contenido nutrimental real de los mismos, lo que puede hacer creer erróneamente a los consumidores que el producto que han elegido es benéfico para su dieta, lo que dificulta mantener un consumo apropiado de calorías y nutrientes.

En México los productos azucarados y de alta densidad calórica, pueden publicitarse en televisión en horarios específicos, cuando la programación no sea explícitamente para niños y en el cine cuando la proyección no sea clasificada como A.

Debido al incremento en el uso de internet en México, es urgente regular la publicidad en línea de productos azucarados y con alto valor calórico, que aún no está considerada en la regulación vigente.

Bibliografía sugerida

1. World Health Organization. Guideline: Sugars intake for adults and children. Geneva; 2015.
2. INSP. El consumo de azúcar en México y la nueva directriz de la OMS para su reducción global [Internet]. Disponible en: <https://www.insp.mx/epppo/blog/3609-consumo-azucar-mexico-nueva-directriz-oms.html>
3. INCyTU. Obesidad y diabetes en México. 2016.
4. OECD. Obesity Update. 2017;
5. Diario Oficial de la Federeación. DECRETO por el que se reforman, adicionan y derogan diversas disposiciones de la Ley del Impuesto Especial sobre Producción y Servicios [Internet]. [consultado 08/02/2018]. Disponible en: http://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5325373&fecha=11/12/2013
6. Batis C, Pedraza LS, Sánchez-Pimienta TG, et al. Salud Publica Mex. 2017;59(5):512-7.
7. Stern D, Tolentino L, Barquera S. Revisión del etiquetado frontal: análisis de las Guías Diarias de Alimentación (GDA) y su comprensión por e estudiantes de nutrición en México. Instituto Nacional de Salud Pública; 2013. 40 p.
8. Barrientos-Gutierrez T, Zepeda-Tello R, Rodrigues ER, et al. PLoS One. 2017;12(5):1-15.
9. Rogers PJ, Hogenkamp PS, De Graaf C, et al. Int J Obes. 2016;40(3):381-94.
10. Azad MB, Abou-Setta AM, Chauhan BF et al. Can Med Assoc J. 2017;189(28):E929-39.



Azúcares añadidos en la dieta

INCyTU proporciona información al Congreso de la Unión sobre temas relacionados con ciencia y tecnología, que son relevantes para legislar y hacer políticas públicas en México. Autora: Dra. Daniela Franco Bodek. Responsable: Dr. Miguel Enrique Rentería Rodríguez. Reconocemos a quienes participaron en la elaboración y revisión de esta nota, sus nombres pueden encontrarse en: <http://foroconsultivo.org.mx/INCyTU/>. Para mayor información sobre este tema escribir a: incytu@foroconsultivo.org.mx | Diseño: Karina Maldonado. | Imagen: Moisés Sánchez.

INCyTU-Expres | NÚM. 024 | OCTUBRE 2018

Melchor Ocampo 305, Colonia Santa Catarina, Del. Coyoacán, Ciudad de México, CP. 04010
Tel. +52(55) 5611 8536 / www.foroconsultivo.org.mx