

EFEMÉRIDE SOBRE EL DÍA LATINOAMERICANO DE LAS FRUTAS.

El día Latinoamericano de las Frutas, es un día que sirve para recordar a las mujeres y hombres de América Latina que comer frutas nos hace bien, un hecho que aunque para muchos sea obvio, pocas personas lo hacen.

La Organización Mundial de la Salud (OMS), junto con la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO, por sus siglas en inglés), han sido los principales impulsores del establecimiento de este día como un mecanismo para buscar incentivar el incremento del consumo de frutas por parte de los habitantes de América Latina.

El *Informe Sobre la Salud en el Mundo 2002*, emitido por la OMS, fue el principal antecedente para el establecimiento de este día. Dicho informe señala que la baja ingesta de frutas y verduras implica uno de los principales riesgos morbilidad atribuible, a nivel mundial. [*] Ese mismo informe menciona que estos alimentos pueden ayudar a evitar enfermedades crónicas muy relevantes, tales como las cardiopatías, el cáncer, la diabetes o la obesidad. Para ello, el consumo mínimo diario de frutas y verduras, recomendado por la OMS, es de 400 gramos al día.

Siguiendo a ese mismo informe, se pueden atribuir 2.7 millones de fallecimientos a nivel mundial debido al bajo nivel de consumo de frutas y verduras. Sin embargo, el impacto de ello no recae de forma homogénea. Las características socioeconómicas y culturales de cada región juegan un papel importante, ya que no se tiene el mismo nivel de consumo en cada una de las regiones. [*] Mientras que en Europa Occidental se consumen poco más de 450 gramos de fruta al día, la región AMR-B de la OMS, conformada por Brasil, Chile, Colombia, México y Paraguay, entre otros, consume apenas 189 gramos al día.

Es paradójico el hecho de que países con baja producción de frutas tengan un mayor consumo de éstas que los países con mayores niveles de producción de frutas a nivel. Conforme a la base de datos de la FAO (FAOSTAT), para 2016, Europa es el continente en el último lugar en la producción de frutas frescas, 528 ton/año, mientras que América es el tercer lugar con una producción de 2,570 ton/año. [*]

Con base en lo anterior es que se puede decir sin mayor rastro de duda que la calidad de la alimentación latinoamericana puede mejorar. Se puede aprovechar la producción local de frutas para mejorar la nutrición de cada uno de sus ciudadanos, ello por medio de la puesta en prácticas de estrategias creativas y eficientes que aprovechen los recursos tanto humanos como materiales de la región latinoamericana, para que con ello se pueda alcanzar una mejor calidad de vida en común.

Sin embargo el planteamiento de esta meta no es suficiente por sí misma, la forma en la cual se debe lograr también es relevante. Es imprescindible apoyar la producción y el posterior consumo de frutas y verduras endémicas, para que con ello se propicie tanto la conservación de la agrobiodiversidad, como la creación de nichos de mercado para los pequeños y medianos productores. Por otro lado, es fundamental que la producción de estos productos se haga de manera sustentable, ello se puede lograr por medio del establecimiento de paisajes productivos, donde se pueden aprovechar las riquezas naturales manteniendo en equilibrio el ecosistema donde se lleva a cabo el proceso productivo.

Es de suma importancia recalcar que la cooperación de los países de América Latina, para el cumplimiento de esta meta, puede conllevar a la revitalización de los muchos lazos que nos hermanan. Dicha cooperación conllevará a un mutuo beneficio, no simplemente económico, sino ambiental y cultural, siempre y cuando se haga en un ambiente de respeto y cordialidad.

El día latinoamericano de las frutas nos recuerda que es necesario fortalecer, y en algunos casos reestablecer, la cultura en torno a los alimentos propios de cada región. Impulsar la recuperación de estos hábitos nos hará evitar una gran pérdida y por otro lado hará que nuestras comidas sean más saludables y nutritivas.

SEN. FROILÁN ESQUINCA CANO

Dado en el Salón de Sesiones de la H. Comisión Permanente, el día

1 del mes de agosto de 2018.

[*] Concretamente el doceavo, véase la página 88 del informe sobre la salud 2002 para ver la lista detallada de dichos riesgos.

[*] Véase el documento: “*Lista de Estados Miembros por regiones de la OMS y estratos de mortalidad*”, disponible en la página de la OMS.

[*] Aunque es evidente que América está muy lejos de alcanzar al primer lugar, Asia, con una impresionante producción de 23 millones de ton/año, para 2016.