



**Hambre e inseguridad
alimentaria, la realidad
más allá de una crisis**



Lorena Patricia Mancilla López

Investigadora

Grupo Determinantes Sociales de la situación de salud y nutrición
Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad de Antioquia

Sandra L. Restrepo Mesa

Seneida Lopera Cardona

Investigadoras

Grupo de Alimentación y Nutrición Humana GIANH de la Escuela de
Nutrición y Dietética, Universidad de Antioquia

El estado alimentario y nutricional de los colombianos y de la región de Antioquia es preocupante. Siete de cada diez hogares se encuentran en inseguridad alimentaria en Colombia y también en Antioquia; a esto se suma que los alimentos que consumen un grueso de la población no aportan los nutrientes necesarios para favorecer la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad. El Grupo de Investigación en Alimentación y Nutrición Humana y la Unidad Políticas Alimentarias y Nutricionales presentan un análisis sobre esta realidad en el país, en el departamento de Antioquia y en la ciudad de Medellín.

Existe suficiente evidencia sobre el papel central que tiene la alimentación y nutrición en la salud y en el ciclo de la vida. El déficit o exceso de energía y nutrientes lleva a que nuestra población presente, de manera silenciosa, enfermedades como anemia, osteoporosis, bajo peso, obesidad, problemas inmunológicos, metabólicos, entre otros, que afectan el organismo y que, con el tiempo, se expresan en enfermedades crónicas que requieren atención especializada, suplementación y una alimentación ajustada a los requerimiento de energía y nutrientes del individuo, aspectos a los que no toda la comunidad tiene acceso.



La cantidad total de los alimentos que se producen en el mundo puede alimentar fácilmente a todas las personas, pero hoy, cerca del 10 % de la población mundial tiene hambre, como una condición asociada a la pobreza. Foto: Marco Carmona en Pexel.com

Aunado a lo anterior, las noticias recientes nos pusieron de presente una cruda realidad: experimentamos la inflación más alta de los últimos 21 años. Esta alza afectó en mayor medida a los alimentos, hasta el punto de que en 2022 pagamos por estos productos 26 % más que en 2021. Una convergencia de factores internos y estructurales del país, junto con fenómenos a escala mundial, como la pandemia por la covid-19 y los conflictos internacionales, se conjugan para producir un escenario de crisis social y alimentario que quizás no tenga precedentes en la historia reciente del territorio colombiano.

En Colombia, la situación era muy preocupante mucho antes de la pandemia, cuando se hablaba de que más de la mitad de los hogares se encontraban en inseguridad alimentaria. Los datos más recientes, de agosto de 2022, producto de un estudio en 11 ciudades del país para medir los efectos de la pandemia sobre la inseguridad alimentaria en el hogar, evidenciaron que esta se incrementó en 20 puntos porcentuales respecto al dato de 2015; es decir, que 7 de cada 10 hogares tienen dificultades para acceder a una alimentación adecuada y suficiente para todos los miembros del hogar. Lo que se recrudece en los estratos uno y dos, en los cuales la inseguridad alimentaria aumenta al 86 % y 83 %, respectivamente. Asimismo, en los hogares con jefatura femenina, donde se incrementa a 78 %.

A este panorama se suma que, en Colombia, al tiempo que se va desmantelando la producción local, se importan de mane-



En los estratos 1 y 2 la inseguridad alimentaria aumenta al 86 % y 83 %, respectivamente. En los hogares con jefatura femenina, esta se incrementa a 78 %.

Foto: congerdesign en Pixabay

ra acelerada alimentos e insumos agrícolas. Los datos muestran que el país compra a otros una tercera parte de los alimentos que consumimos. Mientras esto sucede, observamos cómo el peso colombiano va perdiendo valor frente al dólar, lo cual resulta en el encarecimiento de los productos, lo que afecta el acceso de la población a los alimentos. Como si no fuera suficiente, a este explosivo cóctel se le añade el actual conflicto entre Rusia y Ucrania. Justamente los dos países involucrados se encuentran entre los principales exportadores de cereales y de insumos agrícolas, de los cuales dependen países como el nuestro para la producción de alimentos.

Lo más preocupante es que el aumento en los precios afecta de manera contundente a la población más empobrecida, dado que esta tiene que destinar mucho más de sus ingresos a la compra de alimentos; esto perjudica el patrón de consumo, de manera especial de los grupos más vulnerables. Si es cruel tener limitadas opciones para alimentarse en cualquier momento del ciclo de la vida, se hace aún más difícil en algunos periodos de mayor vulnerabilidad fisiológica y psicológica como la infancia, la adolescencia, la gestación y la senectud. La mayoría de estos grupos son dependientes de terceros para el abastecimiento de alimentos.

Inseguridad alimentaria a la vuelta de la esquina

La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura —FAO, por sus siglas en inglés—, define la inseguridad alimentaria como la carencia de acceso frecuente a alimentos suficientes, nutritivos e inocuos, que permitan el crecimiento y desarrollo normal de las personas, así como llevar una vida activa y saludable.

En Antioquia, sin incluir a Medellín, aproximadamente 7 de cada 10 hogares estaban en inseguridad alimentaria en el año 2019, la mayoría con ingresos mensuales inferiores a medio salario mínimo. Este es el resultado del estudio sobre el Perfil Alimentario y Nutricional de los

Hogares de Antioquia, realizado en ese año a través de un trabajo articulado entre la Universidad de Antioquia y la Gobernación de Antioquia.

En medio de esta generalizada situación de inseguridad alimentaria, se evidenció el fenómeno de la doble carga de la malnutrición, que significa la coexistencia de problemáticas asociadas al déficit y al exceso, como, por ejemplo, tener anemia junto con exceso de peso. Además, se observó que a medida que aumentaba la edad en niñas, niños y adolescentes, el exceso de peso fue más predominante que el déficit. También se observó que en la población de 10 a 18 años ya se presentaban alteraciones en los niveles de colesterol, lo cual predice el desarrollo de enfermedades cardiovasculares. Asimismo, el exceso de peso se encontró de manera importante en la población mayor de 18 años. Esta situación está condicionada por los ambientes alimentarios, los cuales cobran especial importancia en los niños y adolescentes porque se encuentran en etapas en las cuales se están instalando los hábitos que se adoptarán para toda la vida.

En este estudio, más de la mitad de las mujeres gestantes y lactantes estaban ubicadas en zona urbana y pertenecían al estrato socioeconómico bajo. Un tercio de las gestantes presentaban anemia y más de la mitad deficiencia de hierro. Por su parte, en las mujeres lactantes la anemia y la deficiencia de hierro afectó a una quinta y un tercio, respectivamente.

Uno de los hallazgos en el desarrollo de esos hábitos está en el efecto de la publicidad televisiva que incita a la compra de productos ultraprocesados como dulces,



El hambre es la sensación física, incómoda y dolorosa causada por la privación de alimentos y por la falta de la energía mínima que requiere el cuerpo humano. Es un fenómeno multidimensional, complejo y cargado de injusticia social. Foto: Erik Scheel en Pexels.com

chocolatinas y bebidas azucaradas. En el caso de los niños de 1 a 9 años, el impacto de la publicidad televisiva se reflejó en que el 64,5 % de los adultos responsables compraron dulces y chocolatinas para los niños. En el 40,6 % de los adolescentes la publicidad tuvo un impacto en la compra de estos productos. El impacto de la publicidad para comprar gaseosas y bebidas azucaradas fue de 29,7 % en los niños de 1 a 9 años y 55,5 % en los adolescentes.

El Perfil 2019 también arrojó pistas importantes para entender las cifras de la doble carga de la malnutrición, porque pese a que el 57 % de la población consumió alimentos mínimamente procesados, una proporción importante, es decir 25 %, incluyó en su alimentación diaria productos procesados y ultraprocesados. Estos últimos representados principalmente en panes industrializados, bebidas azucaradas, carnes procesadas y *snacks*. En general, se evidenció que los antioqueños tuvieron una dieta desbalanceada, alta en grasas saturadas y baja en proteína y fibra.

Los patrones de consumo de las familias se han modificado, pues se evidencia que han priorizado alimentos de menor costo como los azúcares y los productos ultraprocesados, limitando el consumo de frutas, verduras y alimentos de origen animal; esto conduce al riesgo de deficiencia de proteínas, vitaminas y minerales que se ha agudizado con la pandemia por covid-19.

Atender la desigualdad social es un imperativo

Ambos estudios reflejan la cruda realidad de nuestra región, en la cual las familias ven pasar los días en la encrucijada del desempleo, el alto costo de los alimentos y la malnutrición, ya sea acompañada de deficiencias o excesos en el peso, que los hace más susceptibles de enfermar y morir, comparados con quienes tiene acceso a una alimentación con variedad de alimentos y que se ajuste a sus necesidades de calorías y nutrientes; necesidades agudizadas por las desigualdades sociales que marcan la vivencia del hambre y la malnutrición.

Las narrativas, reflexiones y acciones sobre el hambre y la inseguridad alimentaria deben hacer parte de los entornos académicos, comunitarios y gubernamentales, para visibilizar y nunca olvidar que muchos seres humanos, a esta hora exactamente, padecen inseguridad alimentaria y mueren por hambre.

El complejo panorama alimentario y nutricional nos pone ante la inminencia de una crisis del hambre y la inseguridad alimentaria y nutricional, por cuanto los gobernantes y la sociedad, en su conjunto, se ven abocadas a unos retos para revertir tan dramática situación, esto se puede enunciar en cinco aspectos: 1) cerrar las brechas de la inequidades sociales, específicamente las inequidades sociales de género, por cuanto la inseguridad alimentaria afecta de manera más grave a las mujeres, y porque con mayor frecuencia son ellas las que están asumiendo el sostén económico del hogar, así como por su papel

en el cuidado de todos los miembros del hogar; 2) apoyo decidido a implementar sistemas alimentarios sustentables y equitativos. En este punto es imperativa la implementación del punto 1 de los acuerdos de paz de la Reforma Rural Integral, la promoción de circuitos cortos de comercialización, las compras locales, la recuperación de espacios públicos para la distribución de alimentos y, no menos importante, las políticas de protección a los precios de los alimentos naturales o mínimamente procesados; 3) la implementación de un programa de renta básica ante la actual crisis de hambre y de inseguridad alimentaria, con especial énfasis en la mujer cabeza de hogar y las que dedican la mayor parte de su tiempo al trabajo doméstico y del cuidado sin remuneración; 4) re-direccionamiento de las políticas y programas de protección social, ampliando los grupos objetivos (mujeres, adolescentes, adultos mayores) y superando su enfoque eminentemente asistencialista, hacia programas que realmente promuevan capacidades humanas y ambientes saludables; en este punto, es importante el control del expendio de productos ultraprocesados en instituciones educativas, y 5) implementar los impuestos saludables y mayor control al *marketing* y a la publicidad de productos ultraprocesados, asimismo, la puesta en marcha de una política de educación nutricional para la promoción de consumo saludable y responsable de alimentos. X