

UNIVERSIDAD DE
GUANAJUATO



REVISTA DE DIVULGACIÓN CIENTÍFICA DE NUTRICIÓN AMBIENTAL Y SEGURIDAD ALIMENTARIA

(REDICINAYSA)



Noviembre-Diciembre | Vol. 11 Núm. 6 | 2022

UNIVERSIDAD DE
GUANAJUATO
REVISTA DE DIVULGACIÓN CIENTÍFICA DE
NUTRICIÓN AMBIENTAL Y SEGURIDAD
ALIMENTARIA
2012 - 2022



DIVULGACIÓN DE LA CIENCIA
PARA CONTRIBUIR A UNA
SOCIEDAD INFORMADA

PROGRAMAS DE ÉXITO EN SALUD AMBIENTAL Y NUTRICIONAL



Contacto para enviar publicaciones:
redicinasya@ugto.mx

REVISTA DE DIVULGACION CIENTÍFICA DE NUTRICION AMBIENTAL Y SEGURIDAD ALIMENTARIA, Vol. 11, No. 6. Noviembre-Diciembre, 2022, es una publicación electrónica, bimestral, editada por la Universidad de Guanajuato, Lascrain de Retana No. 5, Zona Centro, Guanajuato, Gto., C.P. 36000, a través del Departamento de Medicina y Nutrición, de la División de Ciencias de la Salud, Campus León en colaboración con el Observatorio Universitario en Seguridad Alimentaria y Nutricional del Estado de Guanajuato. Dirección: 4º Piso, Torre de Laboratorio del Laboratorio de Nutrición Ambiental y Seguridad Alimentaria del Departamento de Medicina y Nutrición de la División de Ciencias de la Salud., Campus León, Universidad de Guanajuato. Dirección: Blvd. Puente del Milenio 1001; Fraccionamiento del Predio de San Carlos, C.P. 37670, León. Tel. (477) 2674900, ext 3677, Guanajuato, México. <https://www3.ugto.mx/redicinasya/>, E-mail: redicinasya@ugto.mx. Directora Editorial: Dra. C. Rebeca Monroy Torres. Reservas de Derechos al Uso Exclusivo: 04-2014-121713184900-203 e-ISSN: 2007-6711, ambos en trámite y otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor. Responsable de la última actualización de este número, Coordinación de Sistemas y Servicios Web del Área de Comunicación y enlace del Campus León. Las opiniones expresadas por los autores no necesariamente reflejan la postura del editor de la publicación. Queda estrictamente prohibida la reproducción total o parcial de los contenidos e imágenes de la publicación sin previa autorización de la Universidad de Guanajuato.

DIRECTORIO

Dr. Luis Felipe Guerrero Agripino

Rector General

Dra. Cecilia Ramos Estrada

Secretaria General

Dr. Sergio Antonio Silva Muñoz

Secretario Académico

Dr. Jorge Alberto Romero Hidalgo

Secretario de Gestión y Desarrollo

Dr. Mauro Napsuciale Mendivil

Director de Apoyo a la Investigación y al
Posgrado

Dr. Carlos Hidalgo Valdez

Rector del Campus León

Dr. Tonatihu García Campos

Director de la División de Ciencias de la Salud

Dra. Mónica Preciado Puga

Directora del Departamento de Medicina y
Nutrición

COMITÉ EDITORIAL

Dra. C. Rebeca Monroy Torres

Directora Editorial y fundadora

Universidad de Guanajuato, OUSANEG A.C.

MIC. Ana Karen Medina Jiménez

Coeditora, OUSANEG A.C.

Dr. Jhon Jairo Bejarano Roncancio

Universidad Nacional de Colombia

Dr. Joel Martínez Soto

Universidad de Guanajuato,

Departamento de Psicología.

MIC. Ángela Marcela Castillo Chávez

OUSANEG

CONSEJO EDITORIAL

Mtra. Miriam Sánchez López

Instituto Nacional de Cancerología

Dr. Jorge Alegría Torres

Campus Guanajuato

Dr. Gilber Vela Gutiérrez

Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas

Dra. Esmeralda García Parra

Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas

Dra. Elena Flores Guillen

Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas, OUSANECH

Dra. Gabriela Cilia López

Universidad Autónoma de San Luis Potosí, OUSANESLP

Dra. Adriana Zambrano Moreno

Colegio Mexicano de Nutriólogos

Dr. Alín Jael Palacios Fonseca

Universidad Autónoma de Colima, OUSANEC

Dra. Monserrat López

Universidad de Guanajuato, Campus León

Dra. Xóchitl S. Ramírez Gómez

Universidad de Guanajuato, Campus Celaya

Dra. Doris Villalobos

Paraguay, Montevideo

Dr. Jaime Naves Sánchez

Clínica de displasias, UMAE-IMSS T48, OUSANEG

Dra. Silvia Solís

Universidad de Guanajuato, Campus León

Dra. Rosario Martínez Yáñez

Universidad de Guanajuato, Campus Irapuato-Salamanca

Dra. Fátima Ezzahra Housni

IICAN. Universidad de Guadalajara (Cusur)

SECCIÓN NOTICIAS

Flga. Ángela Marcela Castillo Chávez

OUSANEG

	Página
RESUMEN EDITORIAL	
<i>Dra. C. Rebeca Monroy-Torres</i>	4
	
AMBIENTE, NUTRICIÓN Y ALIMENTACIÓN	
EFFECTO DEL CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRA PROCESADOS EN TRASTORNOS DEL ÁNIMO; ESTRÉS, DEPRESIÓN Y ANSIEDAD	5
<i>Mtra. Raquel Estrella Barrón, Dra. Marcela Rosas Nexticapa, L.N. Adriana del Rosario Rendón Eguan, ELN. Jennifer Michell Gallegos Chan, M en C Patricia Hernández Vásquez</i>	
	
TIPS SALUDABLES	
¿CUÁNTO CUESTA TENER CÁNCER DE MAMA EN MÉXICO?	9
<i>Ana Karen Medina Jiménez</i>	
	
ECONOMÍA Y POLÍTICA	
EL ETIQUETADO DE ADVERTENCIA Y LOS AMPAROS DE LAS EMPRESAS DE ALIMENTOS	14
<i>Dra. C. Rebeca Monroy Torres</i>	
	
INVESTIGACIÓN Y CIENCIA	
EL EJERCICIO Y EL DEPORTE COMO ALIADOS PARA PREVENIR Y AFRONTAR LAS ADICCIONES	23
<i>PLN Carlos Alberto García Cruz, Dra. Rebeca Monroy Torres</i>	
NOTICIAS	
NOTICIAS	29
<i>Ángela Marcela Castillo Chávez</i>	

1. RESUMEN EDITORIAL

“Programas de éxito en Salud Nutricional y Ambiental, es nuestra Edición final y, la quisimos titular en una forma positiva hacia las acciones que deben prevalecer ahora y mientras tengamos avances para resolver los problemas de salud pública que estamos presentando, ante la falta de cumplimiento a nuestro marco regulatorio, como es el que viene en el Artículo 4° de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, que entre su varios párrafos, el tener derecho a una alimentación nutritiva y acceder a agua de calidad entre otras, son el mejor ejemplo de las deudas que tenemos a la salud de la población, sobre todo de la más vulnerable.

El artículo titulado “Efecto del consumo de alimentos ultra procesados en trastornos del ánimo; estrés, depresión y ansiedad” donde las y los investigadores dan un recorrido y panorama de la situación en el consumo de alimentos ultraprocesados, que sabemos que los mexicanos consumimos gran cantidad de azúcar y otros sustratos que se conoce genera procesos inflamatorios. Por lo que conocer nuestro comportamiento y la razón de ello, es un eje para poder coadyuvar con las políticas públicas, ya que sin ello los efectos a la salud y las enfermedades seguirán en crecimiento, como es el cáncer en sus diferentes variantes, por ello el tema de “¿Cuánto cuesta tener cáncer de mama en México?” lleva a una reflexión sobre los impactos de los deterioros en salud, lo cual complica lograr una seguridad alimentaria, un impacto ambiental inclusive con acciones en salud. La autora nos expone los efectos en la economía de los hogares además de lo que ya conocemos (efectos al estado nutricional y efectos adversos) que implica tener cáncer.

Por ello, seleccionar alimentos que nos den beneficio y gusto, sería lo ideal, pero sabemos que la mayoría de los alimentos son ultraprocesados a los que acceden las personas y por ello es por lo que estamos en un debate por cómo se informa a la población. El artículo de “*El etiquetado de advertencia y los amparos de las empresas de alimentos*” se comparte como desde la participación ciudadana se puede sumar a hacer cumplir la obligación que tienen las empresas hacia producir y generar alimentos que abonen a lo que comenté en el artículo 4° de nuestra constitución, porque de lo contrario estarían actuando en contra de las leyes de este país. Por ello este artículo habla de la situación que se vive en tema de amparos que están ejerciendo las empresas de alimentos, principalmente las de bebidas azucaradas. La evidencia científica debe probar y ser un derecho el saber.

Contar con un programa exitoso para prevenir las adicciones con toda la evidencia que se tiene, deben ser retos y acciones importantes, pero sobre todo como saber más acerca de los principales consumidores y en su mayoría son nuestros jóvenes. El artículo de “El ejercicio y el deporte como aliados para prevenir y afrontar las adicciones” ofrece información sobre las causas, datos, acciones que se han emprendido, pero, sobre todo, por qué seguir considerando al ejercicio como un gran aliado de las familias, gobierno y población en general.

Finalmente te invitamos a revisar nuestro apartado de noticias, donde compartimos las diferentes actividades y programas que hemos emprendido, así como de nuestros principales aliados. Gracias por ser un lector y lectora interesada, te vemos para el 2023 y deseamos tengan un cierre maravilloso de año.

Dra. C. Rebeca Monroy Torres. Directora Editorial.

2. AMBIENTE, NUTRICIÓN Y ALIMENTACIÓN

EFFECTO DEL CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESADOS EN TRASTORNOS DEL ÁNIMO; ESTRÉS, DEPRESIÓN Y ANSIEDAD

Mtra. Raquel Estrella Barrón¹, Dra. Marcela Rosas Nexticapa², L.N. Adriana del Rosario Rendón Eguan³, ELN. Jennifer Michell Gallegos Chan⁴ M en C Patricia Hernández Vasquez⁵

¹Profesora Investigadora de Tiempo Completo, Ciencias de la Salud. Universidad Autónoma del Carmen.

²Profesora Investigadora de Tiempo Completo, Facultad de Nutrición-Xalapa. Universidad Veracruzana.

³Lic. en Nutrición Técnica del Laboratorio de Evaluación del Estado Nutricio de la Universidad Autónoma del Carmen.

⁴Estudiante de la Licenciatura en Nutrición de la Universidad Autónoma del Carmen

⁵Profesora asignatura, Facultad de Nutrición-Xalapa. Universidad Veracruzana.

Contacto: Facultad de Ciencias de la Salud Campus III Av. Central s/n Esq. Fracc. Mundo Maya c.p.24153 Ciudad del Carmen, Campeche. Tel:(938)-3811018 ext. 2301. Correo electrónico:

restrella@pampano.unacar.mx

Palabras clave: Ultraprocesados, depresión, estrés, ansiedad.

El desarrollo de la alimentación a través de la historia ha evolucionado a tal ritmo, que la disponibilidad de alimentos, en la mayoría de los países en circunstancias socioeconómicas promedio, se ha vuelto constante y basta, gracias a los procesos de industrialización alimentaria que se pueden llevar a cabo hoy en día. Esto llevó a la existencia de alimentos ultraprocesados, lo que aumentó la cantidad y ventas de estos rápidamente, como ejemplo de esto, en América Latina entre el 2000 y 2013 la venta de bebidas azucaradas aumentó un 33% y de snacks ultraprocesados un 56% (1).

Monteiro et al., (2) definió como alimentos ultraprocesados aquellos productos compuestos por múltiples ingredientes desarrollados de modo industrial, que por sus características son alimentos que están listos para ser consumidos; que se pueden ingerir sencillamente, facilitando potencialmente su consumo y preferencia por la población en general.

Entre la población de Latinoamérica se observa un elevado consumo de alimentos ultraprocesados, incluyendo en ella a la población mexicana (3) que ha registrado un alto consumo de refresco, botanas, y otros alimentos ultraprocesados como se puede ver en la Tabla 1, la cual muestra el alto porcentaje de consumo de alimentos ultraprocesados por la población a nivel nacional, así como en la rural y urbana,

destacando el alto consumo de bebidas azucaradas no lácteas por la población en general sin importar la zona en la que viven.

Tabla 1. Porcentaje de consumo de alimentos ultraprocesados, no recomendables.

Grupos de alimentos no recomendables para consumo cotidiano			
	Nacional	Rural	Urbana
Bebidas no lácteas endulzadas	85.8	87.8	85.3
Botanas, dulces y postres	35.4	24.2	38.4
Cereales dulces	33.9	29	335.2
Comida rápida y antojitos mexicanos	20.3	12.7	22.3
Bebidas lácteas endulzadas	16.9	16.4	17
Carnes procesadas	7.5	5.3	8.0

Fuente: CEDRSSA con datos de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT), 2018.

Adaptación propia. La ENSANUT 2018 muestra que la mayoría de la población el 85.8% tiene un alto consumo de bebidas no lácteas endulzadas.

Las cualidades de sabor, color, olor y textura de los alimentos ultraprocesados los hacen realmente apetecibles, aunando las combinaciones de azúcares, grasas y sal, sodio, saborizantes, edulcorantes, colorantes, y conservadores que contienen los alimentos ultraprocesados, estimulan las secreciones en el cerebro que están relacionados directamente con la sensación de felicidad momentánea, generando un mayor consumo de los mismos, además de que estas mezclas son accesibles, de bajo costo, lo que origina el incremento de su consumo, convirtiéndolos en un manjar difícil de evitar para algunos consumidores, con graves repercusiones para la salud en general.

Todo lo anterior puede conducir a una "trampa del placer alimentario", ya que los sentidos biológicos indican "que se busque el mayor placer con el menor dolor y esfuerzo". Lo que provoca que la población en general prefiera el consumo de alimentos ultraprocesados que contienen entre sus ingredientes sustancias que activan recurrentemente este sistema de placer momentáneo.

Teniendo como consecuencia, aparte del alto consumo calórico, el pobre consumo de nutrimentos requeridos para un adecuado funcionamiento cerebral, y la salud mental. Esto debido a que el cerebro necesita de una variedad de vitaminas y minerales que son

necesarios para la correcta actividad de este, pudiendo verse afectada su funcionalidad directamente, derivado del alto consumo de alimentos ultraprocesados (4).

Recientes investigaciones muestran que el consumo de este tipo de alimentos ultraprocesados tienen diversas consecuencias en la salud de las personas, que van desde el mayor consumo de calorías, que trae como consecuencia sobrepeso y obesidad, y una mayor carga de enfermedades crónico-degenerativas, hasta una mayor carga de problemas de salud mental, como lo son el estrés, la ansiedad y la depresión (5). Como lo han demostrado diversos estudios realizados en Francia, Brasil y Estados Unidos, donde después de 5 años de recolectar la información del consumo de alimentos ultraprocesados en la población, detectaron la presencia de depresión en los consumidores (6).

Aunado con esto la Organización Mundial de la Salud (OMS) (7) señaló que en el 2019 la causa más importante de discapacidad a nivel global, es la depresión que afectaba a alrededor de 264 millones de personas, incluidos 23 millones de niños y adolescentes. Además, 301 millones de personas declararon vivir con un trastorno de ansiedad, comprendidos 58 millones de niños y adolescentes, así mismo la población en general vive en contextos laborales, familiares, etc. que les puede provocar estrés constante.

Es importante reflexionar sobre reducir el consumo de alimentos ultraprocesados y reajustar la alimentación de cada uno, para que el consumo de alimentos frescos o de procesamiento mínimo, sea la base de la alimentación y por ende se vea elevado significativamente el consumo de nutrientes como proteínas, grasas saludables, fibras, vitaminas y minerales, necesarios para el correcto funcionamiento del metabolismo en general, así como del cerebro.

En México la mitad de la población adulta consume menos de 80g de verduras al día, 107g de frutas, 76g de huevos y lácteos, y solo 6g de leguminosas al día como lo señala la ENSANUT 18-19 (8), es realmente importante crear conciencia que al mejorar la alimentación reduciendo el consumo de alimentos ultraprocesados y aumentando el consumo de alimentos frescos como las verduras y frutas, las condiciones de estrés, ansiedad y depresión, se verán disminuidas, y con ello las personas podrán mejorar su calidad de vida.

Así una alimentación basada en alimentos mínimamente procesados, aunado a un cambio de estilo de vida más saludable, traerá como resultado una mejora invaluable en la salud física y mental de los individuos, viéndose mejorada cada una de las actividades que este desarrolle, con una mayor estabilidad en sus estados de ánimo, pudiendo mejorar significativamente los síntomas relacionados con la depresión, la ansiedad y el estrés.

Referencias:

1. Pan American Health Organization. Pan American Health Organization Nutrient Profile Model. Washington, DC; 2016.
2. Monteiro CA, Cannon G, Moubarac JC, Levy RB, Louzada MLC, Jaime PC. The UN Dec-ade of Nutrition, the NOVA food classification and the trouble with ultra-processing. PHN. 2017;21(1):5-17.
3. Popkin BM, Reardon T. Obesity and the food system transformation in Latin America. Obesity Reviews. 2018 Aug;19(8):1028-64.
4. Lane MM, Gamage E, Travica N, Dissanayaka T, Ashtree DN, Gauci S, et al. Ultra-Processed Food Consumption and Mental Health: A Systematic Review and Meta-Analysis of Observational Studies. Nutrients. 2022 Jun 21;14(13):2568.
5. Coletro HN, Mendonça R de D, Meireles AL, Machado-Coelho GLL, Carvalho de Menezes M. Ultra-processed and fresh food consumption and symptoms of anxiety and depression during the COVID - 19 pandemic: COVID Inconfidentes. Clin Nutr ES-PEN. 2022 Feb;47:206-14.
6. Zheng L, Sun J, Yu X, Zhang D. Ultra-Processed Food Is Positively Associated With Depressive Symptoms Among United States Adults. Front Nutr. 2020 Dec 15;7.
7. World Health Organization (WHO). Mental disorders [Internet]. 2022 [cited 2022 Jul 6]. p. 5. Available from: https://www-who-int.translate.goog/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders? x_tr_sl=auto& x_tr_tl=es& x_tr_hl=es-419& x_tr_pto=op
8. Shamah-Levy T, Vielma-Orozco E, Heredia-Hernández O, Romero-Martínez M, Mojica-Cuevas J, Cuevas-Nasu L, Santaella-Castell JA, Rivera-Dommarco J. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2018-19: Resultados Nacionales. Cuernavaca, México: Instituto Nacional de Salud Pública, 2020.

3. TIPS SALUDABLES

¿CUÁNTO CUESTA TENER CÁNCER DE MAMA EN MÉXICO?

Ana Karen Medina Jiménez¹

¹*Coordinadora de Unidad Nutricional e Innovación en el Clúster de Soluciones Agro saludables, Nutrisig.
Asistente de Investigación en la Canadian Cancer Society.
Contacto: akameji4kar@gmail.com*

Palabras clave: Cáncer de mama, economía, prevención.

¿Qué es el cáncer de mama?

Para que nuestro cuerpo funcione, normalmente nuestras células siguen una serie de instrucciones que permiten que este trabaje de forma normal y cumpla todas las actividades requeridas para mantenernos vivos y sanos. Todos los tipos de cáncer inician en nuestras células, por medio de una mezcla desordenada de estas instrucciones que tienen como resultado una reproducción desordenada y descontrolada que puede causar un incremento de tejido que se llama tumor (1).

En el caso del cáncer de mama, esta reproducción descontrolada se lleva a cabo en las células de las mamas o senos, pero, dependiendo de su gravedad, se puede extender hacia otras partes del cuerpo (2).

El cáncer de mama es el tipo de cáncer más común en el mundo con 2.2 millones de casos diagnosticados en 2020. Además, es la principal causa de mortalidad en las mujeres con un total de 650 mil muertes a causa de cáncer de mama en ese mismo año. A pesar de que existe mayor cantidad de casos diagnosticados en los países desarrollados, la mayor parte de las muertes por cáncer de mama son en países en desarrollo (más del 60%) en donde existen diversos factores. Algunos factores que permiten que la mortalidad por cáncer sea mayor en países en desarrollo son (3): la toma de pruebas diagnósticas de screening en etapas más avanzadas de la enfermedad. Las personas tienden a realizarse pruebas de screening cuando ya tienen síntomas de la enfermedad, y esto sucede generalmente cuando el cáncer ya se encuentra en una etapa avanzada, donde la posibilidad de supervivencia es menor y la falta de conocimiento sobre la prevención del cáncer, incluyendo los factores modificables (como el tener hábitos saludables), tanto los no modificables (como los genéticos), entre otros. En México, la incidencia de casos nuevos de cáncer de mama es de 36.24 por cada 100,000

mujeres y la mortalidad es de 12 por cada 100,000 mujeres, de las cuales, el grupo de edad con mayor riesgo es el de 60 años o más (4).

¿Cómo afecta económicamente a nivel colectivo el cáncer de mama?

A pesar de que en los últimos años se han desarrollado grandes avances en la detección oportuna y el tratamiento del cáncer de mama, estos avances no se han implementado de forma equitativa en todos los países, pues existen diversas barreras, entre ellas las barreras económicas, que impiden acceder a un proceso de prevención, diagnóstico y tratamiento adecuado para las personas que viven con cáncer de mama.

Es importante mencionar que solamente un 10% de los casos de cáncer de mama son detectados en una etapa lo suficientemente temprana como para llevar a cabo una intervención efectiva y oportuna. Además, conforme el cáncer se diagnostica en una etapa más avanzada, los gastos económicos son mayores, tanto para la persona que vive con cáncer, como para el sistema de salud. En el caso de México, estrategias para prevenir estadios avanzados de cáncer de mama como acciones orientadas a la prevención y detección deben ser prioritarias, ya que ayudarían a disminuir los costos y a hacer más eficientes los tratamientos.

Entonces ¿Cuáles son los costos de tener cáncer de mama en México?

Cuando un ser querido es diagnosticado con cáncer de mama, un sinnúmero de preguntas surgen, y, en un país aún considerado en desarrollo como México, que además se encuentra en un contexto de pandemia mundial por COVID-19 con sus diversos impactos, una de las preguntas más frecuentes es saber el costo de todo el proceso de tratamiento y cuidados que deberá tener la persona.

En este sentido, la economía de la salud divide los costos en directos e indirectos:

- Los costos médicos directos se relacionan con la intervención e incluyen la hospitalización, tratamiento médico, honorarios profesionales, pruebas de laboratorio, etc.
- Los gastos indirectos se refieren a los producidos por la enfermedad o la mortalidad prematura de la persona, como la pérdida de ingreso económico por no poder trabajar, ya que la persona se encuentra en tratamiento.

En un estudio realizado por De la Cruz Aguirre y colaboradores, en 2021, encontraron que, en promedio, el gasto total anual directo de encontrarse en tratamiento por cáncer de mama es de 251,000 pesos y el costo se divide de la siguiente forma (3):

- Consulta externa: 31,198 pesos.
- Procedimientos diagnósticos y terapéuticos: 7,592 pesos.
- Pruebas de laboratorio: 3,086 pesos.
- Días de hospitalización: 58,375 pesos.
- Cirugía: 30,914 pesos.
- Medicamentos: 3,083 pesos.
- Quimioterapia: 77,564 pesos.
- Radioterapia: 39,206 pesos.

Aunque los costos mencionados previamente son un promedio, sigue siendo una cantidad que difícilmente puede ser cubierta por una persona, aún más si pertenece al aproximadamente 60% de la población mexicana que percibe menos de 8,500 pesos al mes (5).

Como se observó, el costo de tener cáncer de mama es elevado, debido a que es una enfermedad considerada problema de salud pública, muchos de estos costos pueden ser subsanados por el sistema de salud en México; sin embargo, en el contexto actual de emergencia y la compleja situación económica no solo del país, sino del mundo, es difícil tener la certeza de que estos programas sigan funcionando en todo momento. Los esfuerzos del gobierno de México por contribuir a la disminución de la mortalidad por cáncer de mama en el país, incluyen estrategias educativas sobre los signos y síntomas del cáncer de mama, la autoexploración y la realización sistemática de mastografías (un estudio para detectar anomalías en las mamas que no se pueden percibir mediante la palpación).

A pesar de los esfuerzos realizados por las principales instituciones de salud del país, la cobertura nacional no es suficiente (solo llega a un 20%). La Norma Oficial Mexicana 041-SSA2-201 recomienda que las mujeres entre 40 y 49 años se realicen la mastografía cada 2 años, pero ha sido complicado debido a las barreras de acceso a atención en

salud. Estudios realizados en el Instituto Nacional de Salud Pública (INSP) sugieren la implementación de las siguientes estrategias (6):

- Capacitación para el personal de salud en el diagnóstico y abordaje del cáncer de mama.
- Entrenar a técnicos radiólogos en la interpretación mamográfica para incrementar el personal.
- Implementar estrategias para reducir el tiempo desde el inicio de los síntomas hasta el inicio del tratamiento para incrementar la supervivencia.

El costo económico del cáncer en general, es algo que en definitiva afecta no solo a la persona que vive con ello, sino a su entorno y a la sociedad en general, es por ello que, tomando en cuenta un enfoque que busque el cuidado no solo personal, sino de toda nuestra comunidad, podemos contribuir de diferentes formas para que la carga económica del cáncer sea menor y que las personas que ya tienen este diagnóstico, tengan tratamientos mejores y efectivos para prolongar su vida en las mejores condiciones posibles.

¿Qué podemos hacer para aliviar un poco la carga económica del cáncer de mama?

1. Informándonos. Conocer del tema es algo que siempre será prioritario, pues de esta forma podemos participar en las decisiones no solo de nuestra salud personal, sino las decisiones que se llevan a cabo a nivel político y que nos pueden afectar a todos.
2. Participando. La sociedad civil es un pilar de todo el proceso de cuidados en cáncer. Busca una asociación civil cercana y participa en sus actividades de promoción, prevención y recaudación de fondos para ayudar a personas que viven con cáncer. Entérate de las políticas que se están proponiendo para mejorar la atención a personas que viven con cáncer y comparte tu opinión.
3. Previniendo. No solo a nivel personal, llevando un estilo de vida saludable con una alimentación balanceada y mínimo 30 minutos de ejercicio al día, entre otras; participa promoviendo actividades de prevención también en tu entorno, sobre todo aquellas que tengan que ver con la detección oportuna.

Estas son solo algunas de las actividades que pueden apoyar a disminuir la carga económica del cáncer de mama. Como toda enfermedad no transmisible o crónica, sus impactos son elevados y complejos, sin embargo, la implementación de estrategias de investigación y práctica en temas de promoción de salud, prevención, diagnóstico y tratamiento del cáncer de mama, deben ser una prioridad para todos. Se requieren grandes esfuerzos para lograr una respuesta organizada, donde las políticas públicas den respuesta a las necesidades ya planteadas con el fin de mejorar la calidad de vida de las mujeres mexicanas en concordancia con el Objetivo de Desarrollo Sostenible número 3, que sostiene la garantía de una vida sana y promover el bienestar de todos a todas las edades.

Referencias:

1. Canadian Cancer Society. Cancer information. Fecha de acceso: 3 de noviembre del 2022. Disponible en: <https://cancer.ca/en/cancer-information>
2. Canadian Cancer Society. Cancer de mama. Fecha de acceso: 3 de noviembre del 2022. <https://cancer.ca/en/cancer-information/cancer-types/breast/what-is-breast-cancer>
3. De la Cruz-Aguirre K, Cortés-Sanabria L, Salas-González E, Canales-Muñoz JL, Aguayo-Alcaraz G, Ayala-Cortés RA. Costos médicos directos de la atención médica de pacientes con cáncer de mama. Rev Med Inst Mex Seguro Soc. 2022;60(2):107-15.
4. INEGI. 2021. Estadísticas a propósito del día Mundial de la lucha contra el Cáncer de Mama. Disponible en: https://inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2021/EAP_LUCHACANCER2021.pdf
5. Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo. 2021. Indicadores de Ocupación y Empleo. Cifras Oportunas durante octubre de 2021. Disponible en: https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2021/iooe/iooe2021_11.pdf

4. ECONOMÍA Y POLÍTICA

EL ETIQUETADO DE ADVERTENCIA Y LOS AMPAROS DE LAS EMPRESAS DE ALIMENTOS

Dra. C. Rebeca Monroy Torres¹

*¹Profesora e investigadora de la Universidad de Guanajuato. Directora Fundadora del Observatorio Universitario de Seguridad Alimentaria y Nutricional del Estado de Guanajuato (OUSANEG).
Contacto: rmonroy79@gmail.com*

Palabras clave: Etiquetados claros, amparo, refresco, derecho.

Introducción

Estamos ante una situación histórica, como el haber logrado un etiquetado claro, tan claro que también son históricos los amparos derivados por parte de las empresas, que siguen defendiendo sus intereses a costa de la salud del consumidor. Una lección que deja estas lamentables circunstancias, es que ni toda la evidencia científica logra su fin social, cuando el consumidor se encuentra inmerso dentro de un ambiente obesogénico y una cultura alimentaria que se ha construido en poco tiempo, pero con grandes impactos por las empresas de ultraprocesados, refleja la falta de apropiación de la ciencia para mejorar u ofrecer mejores productos; pero si usan las neurociencias y química sensorial de sus ingredientes para promover la aceptación y consumo de sus productos. Es por ello que desde el Observatorio Universitario de Seguridad Alimentaria y Nutricional del Estado de Guanajuato (OUSANEG), nos sumamos con esta postura y como parte de la Alianza por la Salud Alimentaria y todo el colectivo de organizaciones que se incorporan a participar y seguir apoyando un etiquetado de advertencia.

AMICUS CURIAE DEL OUSANEG DIRIGIDO A LA SEGUNDA SALA DE LA SUPREMA CORTE DE JUSTICIA DE LA NACIÓN, PONENCIA DE LA MINISTRA YASMÍN ESQUIVEL MOSSA

El presente documento tiene por objeto presentar las razones, desde el punto de vista de los derechos humanos, que incluye a la salud pública e información como un derecho humano reconocido y Universal, por las cuales el etiquetado frontal de advertencia (EFA o etiquetado) debe considerarse constitucional y, por lo tanto, debe negarse el amparo a cualquier empresa quejosa.

En este sentido, este AMICUS tiene el propósito de sumar los argumentos de la Alianza por la Salud Alimentaria de la que somos parte como institución, por lo que abordaremos los argumentos por los que se aprobó el EFA y por lo que debe seguirse avanzando en la vigilancia de que se lleve a cabo, principalmente su fin que es, además del derecho a informar, a que las empresas participen en ser Responsables sociales como corporaciones para apegarse de forma constitucional y por los diferentes mecanismos regulatorios ya existentes a proteger varios derechos humanos de la población mexicana. La Agenda de los Objetivos del Desarrollo Sostenible propone acciones para las generaciones futuras y para lograr esto, se deben tener acciones para proteger la salud de las personas y por ende la forma en que consumimos importa.

Se atiende y da respuesta a estos argumentos que otorgó la empresa quejosa “Desde el corazón del fruto S.A. de C.V con número de Amparo 358/2022”:

- *“El etiquetado frontal de advertencia es una medida estigmatizante para sus productos, ya que el etiquetado tiene por efecto desvalorizar los productos que fabrica.*
- *El etiquetado no permite la comparación de productos.*
- *El etiquetado viola el derecho a la igualdad y discrimina los productos de Barrilitos porque no se aplica a productos a granel.*
- *Durante el proceso, no se consideraron otros modelos de etiquetado.”*

1. Declaración Universal de los Derechos Humanos

El derecho a la salud forma parte de la Declaración Universal de los Derechos Humanos y con las décadas hemos avanzado a cuestionar todo aquello que culturalmente fue impuesto. Gracias al avance de la ciencia y la tecnología, a la par con la Bioética, es que se integra una herramienta para revisar esos avances que parecen prometedores, pero que se implantan sin evaluar de forma integral los impactos como son a la salud, cultura, política pública y medio ambiente. Estos derechos que se han avanzado son el de la alimentación, el derecho al medio ambiente sano, derecho a la salud como parte de la dignidad humana y otros derechos importantes como el derecho a la información y al consumidor. Estos últimos emanan de la evidencia científica que permite conocer los impactos o efectos de lo que hemos aportado con lo tecnológicamente posible.

El pasado 28 de septiembre se conmemoró el Día Internacional para el Acceso Universal a la Información que coadyuva con el Derecho a saber. De acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), el saber incluye reconocer la evidencia científica a la que no todo el consumidor y población puede acceder de forma clara y expedita. Para ello debe haber mecanismos de publicidad responsable y una divulgación de la ciencia que sea ese puente entre la evidencia científica y la población, principalmente cuando hablamos de las empresas de alimentos, quienes deberían actuar conforme a la evidencia en tiempo y forma.

La salud es un derecho protegido internacionalmente y para México queda expresado en el artículo 4° de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos. De igual manera, el conocimiento es un derecho. Toda persona que vive en el territorio mexicano tiene derecho a saber lo que come y poder tomar las mejores decisiones para cuidar y preservar su salud.

Estadísticas de salud y sus efectos en la infancia y la adolescencia

México ocupa el primer lugar a nivel mundial en consumo de refrescos, con un promedio de 163 litros por persona al año. Dicho consumo es 40% mayor que los datos reportados en Estados Unidos. Este porcentaje equivale a consumir 466 mililitros diarios que se traduce en 459 latas de refresco al año. De la misma manera, la cantidad en mililitros se asemeja a comer aproximadamente nueve cucharadas de azúcar al día, cantidad que excede lo recomendado por la Organización Mundial de la Salud (OMS). Diariamente, el 70% de los niños acompañan su desayuno con refresco y la mayoría de los niños pertenecen a localidades rurales. Sin embargo, esta situación se extrapola a la mayoría del territorio nacional. En un estudio en adolescentes realizado en México, se encontró la necesidad de contar con información clara, puntual y expedita de los alimentos ultraprocesados que se consumen (11).

Esto no es un tema nuevo, es una exigencia como parte de los derechos humanos que cuenta toda persona que vive en el Territorio Mexicano de acuerdo con la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos. Su cumplimiento es una deuda grande que los gobiernos no han logrado cumplir y la industria tampoco, sobre todo tomando en cuenta sus responsabilidades que le pide la ley y el derecho constitucional. Aunque en este documento sólo nos enfocaremos en el derecho a la salud y a la alimentación, y no

entraremos con los impactos ambientales en materia de seguridad al agua, debemos señalar que son temas de alta preocupación y que no deben dejarse de lado.

Continuando con la evidencia, un estudio en Guanajuato (1), encontraron un alto consumo de bebidas con azúcares añadidos, tanto en adolescentes con obesidad (300 mL) como sin obesidad (520 mL) desde el 2006 al 2008. Además, se evidenció la presencia de factores de riesgo cardiometabólicos ya desde esas fechas como la hipertensión, acantosis nigricans, hiperuricemia, hiperglucemia en población adolescente.

México ocupa la tasa más alta de obesidad en adultos, dentro de los países de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE), mientras que la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) para el Estado de Guanajuato del 2012, muestra una prevalencia de sobrepeso y obesidad, en menores de 5 años, de 11.8%, para los adolescentes (12 a 19 años), la prevalencia de sobrepeso y obesidad fue de 36.0%, observándose una mayor prevalencia en el sexo femenino (39.7%). Para la ENSANUT de medio camino del 2016, en el grupo de escolares la prevalencia combinada fue de 33.2%, cifras que no reflejan un progreso en combatir estas problemáticas. En octubre del año de 2013, se puso en marcha una Estrategia Nacional de Prevención y Control del Sobrepeso, la Obesidad y la Diabetes, además se estableció un reducido Impuesto Especial sobre Producción y Servicios a las bebidas azucaradas como medida para disminuir su demanda. Esta estrategia de Impuestos a refrescos se implementó en nuestro país a principios de enero de 2014.

Seguridad alimentaria y nutricional y Artículo 4° Constitucional

La pobreza y el hambre están dentro del abordaje de la inseguridad alimentaria. De acuerdo con la FAO, existe seguridad alimentaria cuando todas las personas tienen en todo momento acceso físico y económico a suficientes alimentos inocuos y nutritivos para satisfacer sus necesidades alimenticias y sus preferencias en cuanto a los alimentos a fin de llevar una vida activa y sana. No se puede abordar la seguridad alimentaria sin medir la seguridad al agua. De acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas (ONU), el acceso a un agua es un derecho humano; para ello se debe disponer de agua suficiente, continua, segura y asequible para uso personal y doméstico.

Por otro lado, una persona que seleccione un alimento o lo compre, necesita primero conocer qué es la nutrición y su diferencia entre alimentación y nutrición. También debe conocer la cantidad y calidad de alimentos que tiene que consumir acorde a cada etapa de crecimiento, poder seleccionar alimentos por su costo-beneficio. Por ello, toda persona debe tener acceso a una educación alimentaria, nutricional, ecológica, matemática, económica, entre otras, para poder tomar decisiones y además empresas que coadyuven con la información clara y transparente.

Al respecto, contamos con la Norma Oficial Mexicana “*NOM-043-SSA2-2012, Servicios básicos de salud. Promoción y educación para la salud en materia alimentaria. Criterios para brindar orientación*”, la cual define *dieta correcta*, a la que cumple con las siguientes características: completa, equilibrada, inocua, suficiente, variada y adecuada. La característica de inocuidad hace referencia a que el consumo habitual no implique riesgos para la salud porque está exenta de microorganismos patógenos, toxinas, contaminantes, que se consuma con mesura y que no aporte cantidades excesivas de ningún componente o nutrimento. Se resaltarán “que no aporte cantidades excesivas de ningún componente o nutrimento”, esto hace completa concordancia con la NOM-051 del etiquetado, pues, para el caso del sodio, azúcares añadidos, grasas, que contienen y por ende aportan a la población los productos ultraprocesados, estos productos no cumplen con la característica de la NOM-043. Así, las personas tendrían que poder tener información clara y puntual, además de una educación que les permitan tomar decisiones oportunas.

Parte de los esfuerzos desde los Estados ha sido el trabajo local con actores para desarrollar alimentos mucho más saludables. Por ejemplo, en el Estado de Guanajuato, los restaurantes han fomentado dirección de la responsabilidad social como parte de sus gestiones de calidad en un ámbito internacional, con una adherencia al Pacto Mundial y la puesta de proyectos productivos, en donde se integren a una cadena de productos sin colorantes, conservadores, elaborados artesanalmente y promover a los comensales el consumo de agua, se tienen varias experiencias de empresas que cumplen con acciones de salud como ofrecer agua a sus comensales en vaso. Motivo por el que se trabajó con la Comisión de Salud Pública del Congreso del Estado de Guanajuato, donde, con argumentos científicos, se realizó una adición a la Ley General de Salud para el Estado de Guanajuato para lograr avanzar en proteger ese derecho máximo que se presenta en

el artículo 4° de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, como es derecho al agua y por ende en la salud al incidir en los entornos obesogénicos.

Se tiene evidencia y estudios para invitar a las autoridades y a la industria a que coadyuve con un derecho que se encuentra en el artículo 4° de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, donde se integra que:

El Artículo 4° tiene entre sus diferentes apartados que:

“Toda persona tiene derecho a la alimentación nutritiva, suficiente y de calidad. El Estado lo garantizará. (Adicionado mediante Decreto publicado en el Diario Oficial de la Federación el 13 de octubre de 2011)”.

“Toda persona tiene derecho a un medio ambiente sano para su desarrollo y bienestar. El Estado garantizará el respeto a este derecho. El daño y deterioro ambiental generará responsabilidad para quien lo provoque en términos de lo dispuesto por la ley. (Reformado mediante Decreto publicado en el Diario Oficial de la Federación el 8 de febrero de 2012)”.

En todas las decisiones y actuaciones del Estado se velará y cumplirá con el principio del interés superior de la niñez, garantizando de manera plena sus derechos. Los niños y las niñas tienen derecho a la satisfacción de sus necesidades de alimentación, salud, educación y sano esparcimiento para su desarrollo integral. Este principio deberá guiar el diseño, ejecución, seguimiento y evaluación de las políticas públicas dirigidas a la niñez (Reformado mediante Decreto publicado en el Diario Oficial de la Federación el 12 de octubre de 2011).

Importancia del etiquetado de alimentos de advertencia

En un estudio en el 2015, donde se analizaron 90 productos industrializados y referente a las bebidas, la mayoría presentaron altos niveles de sodio y azúcares añadidos, concluyendo que: “Con los resultados obtenidos de los alimentos analizados encontramos un panorama con altos niveles en azúcar y sodio lo cual tiene un claro impacto en la salud por la evidencia ya expuesta. La gente requiere ser informada sobre el contenido de los alimentos industrializados dado que la elección, tiene así mismo un componente educativo y, desafortunadamente, pocas veces el consumidor cuenta con la información necesaria o planeación adecuada para decidir con profundidad” (11).

A pesar de que la contingencia por la COVID-19 ha sido una emergencia sanitaria, no debemos olvidar que el 14 de noviembre de 2016, la Secretaría de Salud Federal declaró al país una emergencia epidemiológica por los casos de obesidad y diabetes que tiene la población mexicana. La diabetes, si bien no es el único problema en salud que presenta la población mexicana, presentó una prevalencia de diabetes en adultos, de acuerdo con la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición del 2018 (ENSANUT), de 10.3%, siendo mayor en mujeres con un 11.4% que en hombres con un 9.1%. A pesar de contar con la suficiente evidencia de sus causas y por ende como prevenirla, su prevalencia va en aumento, por ello los gastos en salud también se han incrementado con la implementación de unidades de diálisis, los tratamientos de las secuelas cardiovasculares, quirófanos para las amputaciones por pie diabético derivados de esta terrible y desastrosa enfermedad. El adjetivo que he utilizado como desastrosa y terrible, viene de una muerte lenta y segura, un impacto en la pérdida de bienestar lento y progresivo además de los gastos económicos, emocionales y de capacidades que se genera en el seno de las familias que viven con un familiar con diabetes.

Por ende, esta modificación de esta norma que aplica para el sector económico de alimentos tiene aún una tarea grande sobre todo dentro de un momento que estamos siendo testigos de fenómenos naturales del cambio climático, así como de la contingencia por la COVID-19 cuya mayor vulnerabilidad la han presentados las personas con alguna enfermedad crónica degenerativa como la diabetes, la hipertensión, la obesidad y el sobrepeso, estos dos últimos siendo la principal causa de estas enfermedades.

Otro gran reto es una sensibilidad real y sentida de parte de las corporaciones, evitando la simulación y eludir las regulaciones con falacias argumentativas donde podremos encontrar empresas que están haciendo cambios importantes en beneficio de la salud de la población y otras seguirán lucrando con la ignorancia, el doble discurso y en depositar sus responsabilidades en un consumidor cautivo, a quien culparán de sus elecciones y qué decir de los que pedirán se eviten estas medidas que atentan la economía del país, dando franca y sincera señal que es más importante tener dinero, un ingreso que sabemos es insuficiente para un gran porcentaje de la familias, y que parte de este ingreso va a tratar y controlar las enfermedades que pudieron prevenirse.

Un estudio recientemente publicado por Ruiz-González y cols. (12), encontraron en su muestra de estudio que el 100 % de los participantes que presentaron un alto riesgo global para Enfermedades Cardiovasculares, informaron un consumo de dos veces por semana de refrescos o bebidas azucaradas y consumo promedio de azúcar añadida de 40 ± 32 gramos por día. La OMS recomienda que el consumo energético máximo de azúcar sea inferior al 5 %, unos 25 gramos de azúcar por día; y de acuerdo con Collin, beber 24 onzas de bebidas azucaradas o más por día representa un doble riesgo de muerte por enfermedad cardíaca en comparación con aquellos que beben menos de una onza por día (HR, 2,5; IC del 95 %, 1,3-4,8) Por otro lado, una ingesta elevada de sodio aumenta la presión arterial y la mortalidad por Enfermedad cerebrovascular (ECV); estudios prospectivos sugieren una asociación en forma de J entre la ingesta de sodio y el riesgo de ECV. En nuestra muestra, la ingesta de sodio fue mayor en el grupo más joven como en comparación con el grupo de 50 años ($p < 0,01$).

Conclusión

Los argumentos y evidencia de los efectos a la salud que tienen los ultraprocesados son contundentes. Las omisiones históricas han atentado contra los principales derechos que presenta la población como es el derecho a conocer, el derecho a la salud, el derecho a la alimentación. El no atenderse o apegarse a los argumentos y derechos, conlleva una omisión y acción criminal por parte de las empresas hacia la población mexicana principalmente de la niñez y de la población vulnerable al perpetuar las diferentes formas de pobreza.

Referencias:

1. Monroy Torres, Rebeca et. Al. Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios Mexican Journal of Eating Disorders Cardiometabolic risk in adolescents with and without obesity: Metabolic, nutritional and soft drink consumption variables Riesgo cardiometabólico en adolescentes con y sin obesidad: Variables metabólicas, nutricionales y consumo de refresco. Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios. Doi: 10.22201/fesi.20071523e.2018.1.464.
2. Monroy-Torres R. La responsabilidad social en las empresas mexicanas ¿un cambio sentido o simulado? . México Social, 2021. Disponible en: <https://www.mexicosocial.org/la-responsabilidad-social-en-las-empresas-mexicanas-un-cambio-sentido-o-simulado/>
3. ISO 26000:2010(es). Guía de responsabilidad social. <https://www.iso.org/obp/ui#iso:std:iso:26000:ed-1:v1:es>
4. Naciones Unidas. Objetivos del Desarrollo Sostenible. <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/objetivos-de-desarrollo-sostenible/>

5. Monroy-Torres R, Castillo-Chávez A. “Por una Responsabilidad Social hacia la construcción de entornos saludables en la infancia: Agua como primera acción en el Estado de Guanajuato”. REDICINAYSA, 2019. Suppl. 1. Disponible en: <https://www3.ugto.mx/redicinaysa/images/publicaciones/2019/SUPLEMENTO-ESPECIAL-MAYO-POSTURA-AGUA-REDICINAYSA.pdf>
6. Monroy-Torres R. Hacia el diseño de Políticas Públicas: postura de seguridad al agua en el estado de Guanajuato como Primera Acción. REDICINAYSA, 2019; 8(2): 19-21. Disponible: <https://www3.ugto.mx/redicinaysa/images/publicaciones/2020/V2/REDICINAYSA-VOL.-9-NO.-2-MARZO-ABRIL-2020.pdf>
7. Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos. Disponible en: <http://www.sct.gob.mx/JURE/doc/cpeum.pdf>
8. García Maldonado KY, Magaña Carbajal P, Zúñiga Ramiro J. La participación de la sociedad civil en el proceso para lograr un etiquetado claro en México. REDICINAYSA, 2020; 9 (2):6-11. Disponible en: <https://www3.ugto.mx/redicinaysa/images/publicaciones/2020/V2/REDICINAYSA-VOL.-9-NO.-2-MARZO-ABRIL-2020.pdf>
9. Monroy-Torres R. Avances en el etiquetado de alimentos. Revista Nutrisig, 2021. Disponible en: <https://nutrisig.com.mx/2022/01/02/avances-en-el-etiquetado-de-alimentos/>
10. Rodríguez-Tafoya MY, Monroy-Torres R. Etiquetado y seguridad alimentaria de los alimentos de mayor consumo. Veranos de la Investigación Científica. Rev. Divulgación Científica Jóvenes en la Ciencia, 2015; 1(2): 148-152. Disponible en: <https://www.jovenesenlaciencia.ugto.mx/index.php/jovenesenlaciencia/article/view/262/pdf1>
11. Ruiz González SDR, Monroy Torres R, Malacara JM, Guardado-Mendoza R. Sensitivity and specificity of body mass index and main risk factors for cardiovascular disease in middle-income urban participants in Guanajuato, Mexico. Nutr Hosp. 2022 Oct 17;39(5):1027-1036. English. doi: 10.20960/nh.04074 . PMID: 36134593 . <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36134593/>
12. Monroy Torres R. Etiquetado de alimentos ¿indicador de seguridad alimentaria y nutricional?. Zona Franca, 2019. Octubre 23. Disponible en: <https://zonafranca.mx/opinion/el-etiquetado-de-alimentos-recien-aprobado-en-mexico/>
13. Monroy-Torres R, Aguilera-Juárez C, Naves-Sánchez J. Riesgo cardio metabólico en adolescentes con y sin obesidad: Variables metabólicas, nutricionales y consumo de refresco. Revista Mexicana de trastornos alimentarios. 2018; 9 (1): 24-33. DOI: 10.22201/fesi.20071523e.2018.1.464

5. INVESTIGACIÓN Y CIENCIA

EL EJERCICIO Y EL DEPORTE COMO ALIADOS PARA PREVENIR Y AFRONTAR LAS ADICCIONES

PLN Carlos Alberto García Cruz^{1a,b}, Dra. Rebeca Monroy Torres^{1c}

^aPasante de la Licenciatura en Nutrición. ¹Departamento de Medicina y Nutrición, División de Ciencias de la Salud, Campus León, Universidad de Guanajuato. ^bAdscrito al Programa Rotatorio de Estancias y Prácticas Profesionales PREPP del OUSANEG. ^cResponsable del Laboratorio de Nutrición Ambiental y Seguridad Alimentaria.

Contacto: Carlosagclotche@outlook.com, Rmonroy79@gmail.com, rmonroy79@ugto.mx

Palabras clave: Ejercicio, deporte, actividad física, sustancias psicoactivas, adicciones.

En el 2020, en México se registraron 33,262 casos de intoxicaciones por consumo de sustancias psicoactivas en los servicios de urgencias; en este mismo año el Servicio Médico Forense (SEMEFO) registró 1,735 defunciones asociadas al consumo, siendo el alcohol la primera causa y la segunda, el uso de estimulantes anfetamínicos. Además, la Dirección General de Información en Salud (DGIS) indica que del 2010 al 2019 se registraron 28,199 fallecimientos por el consumo de sustancias psicoactivas derivadas del tratamiento de trastornos mentales y del comportamiento (trastornos depresivos mayores, esquizofrenia, trastorno bipolar, trastorno por ansiedad y distimia, entre otras) (1).

El consumo y dependencia de sustancias psicoactivas es un problema de salud pública nacional e internacional, donde los adolescentes son el grupo más vulnerable al presentar mayores efectos en su calidad de vida, salud física y mental, así como también en las relaciones familiares e interpersonales (2).

Desde 1988 en México, se inicia la Encuesta Nacional de Adicciones, ahora conocida como la Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco (ENCODAT), para el censo 2016-2017, mostró que un 2.9 % (2.5 millones de personas) de la población de 12 a 65 años consumieron alguna sustancia psicoactiva, lo cual refleja una tendencia al aumento, ya que para el 2011 el consumo fue de 1.8%, para el grupo de 12 a 17 años las mujeres presentaron un aumento en comparación con la encuesta anterior; mientras que para los hombres, el incremento en el consumo se presentó en el grupo de edad de 18 a 34 años. Para el 2011 al 2016 se observó un aumento de 1.5% a 2.9% para los adolescentes de 12 a 17 años.

En el 2020, 101,142 personas solicitaron apoyo para tratamiento por uso de sustancias psicoactivas en diferentes centros gubernamentales y no gubernamentales, principalmente en una edad promedio de 25.4 años, un 43% tuvieron secundaria terminada. La edad promedio de inicio del consumo de una sustancia psicoactiva fue de los 13.6 a 16 años, siendo para Guanajuato los estimulantes anfetamínicos, los principales en su consumo.

En el 2020 se realizó un estudio por parte del Observatorio Mexicano de Salud Mental y Consumo de Drogas (OMSMCD) con apoyo de la Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas (CICAD) para conocer el grado de afectación de la pandemia por la COVID-19 en la salud mental y el consumo de sustancias psicoactivas, donde participaron 17,267 personas (62% mujeres y 37% hombres, Guanajuato, Querétaro, Ciudad de México, Durango y Estado de México como principales estados encuestados). Como resultados obtuvieron que, para el último año, el 35.8% de la población había consumido alguna sustancia psicoactiva como alcohol, tabaco, drogas ilegales o medicamentos sin prescripción, un 60.5% no consumieron ninguna sustancia. Entre las sustancias consumidas se encontraron tranquilizantes, opioides, cocaína, metanfetaminas, crack, éxtasis, sustancias inhalables y siendo el alcohol, tabaco y la marihuana los más consumidos respectivamente. Encontraron que cerca del 60% de los consumidores habían dejado de hacerlo, sin embargo, derivado de los impactos que se presentaron con la contingencia por la COVID-19, se observó un aumento derivado de que la población presentó mayor afectación emocional como lo fueron estados de ansiedad, estrés y aislamiento (1).

Derivado de esta situación es que para el Plan Nacional de Desarrollo 2019-2024, en los ejes de Política y Gobierno se integró el tema de prevención (3), y de acuerdo a la Comisión Nacional contra las Adicciones (CONADIC), en su plan del 2021, contempló atender a 2,970,960 personas mayores de 6 años con acciones de prevención y fortalecimiento de estilos de vida saludables; así como impulsar la capacitación profesional, protocolos y programas de prevención basados en evidencia científica, con el propósito de fortalecer la calidad de los servicios. Así mismo, en el Programa Anual de Trabajo 2021 de la CONADIC se vincula junto con el Programa Sectorial de Salud (PROSESA), donde destaca su objetivo prioritario número 5, de brindar atención

principalmente a mujeres, niños, niñas y adolescentes así como al fortalecimiento en la atención de la salud mental y adicciones (4).

La adolescencia

La Organización Mundial de la Salud (OMS), considera a la adolescencia en un rango de edad entre los 10 a 19 años. Es una etapa crítica y por ende de suma importancia, ya que ocurren tres cambios: la diferenciación sexual, un aumento en la aceleración del crecimiento (conocido como el segundo brote) y la exposición individual (5), este último depende de todo el ambiente en el que se envuelve cada adolescente, como puede ser la contaminación, exposición a alimentos ultra procesados, consumo de sustancias psicoactivas, etc., (6). Además de los cambios biopsicosociales y sus efectos en varios aspectos como la deserción y disminución en el rendimiento académico, otros factores de riesgo son la exposición constante a la violencia intra y extrafamiliar, que inciden en el desarrollo de conductas antisociales, riesgo a mayor depresión, ansiedad, déficit de atención entre otros. Por ello es una etapa donde los padres y redes de apoyo cobran importancia al promover valores, estilos de vida y hábitos saludables. Entre los hábitos saludables está la promoción del deporte y otras disciplinas en entornos o situaciones vivenciales como la hostilidad, evitando que los adolescentes lleven un mayor riesgo al consumo de sustancias, por los factores biopsicosociales ya mencionados (inmadurez neurobiológica, mala canalización de emociones, estrés, depresión, mala alimentación o ausencia de esta, etc.) (7). La exposición a sustancias psicoactivas contribuye a aumentar el riesgo cardiovascular, alteraciones en el sueño, y en la neuroquímica del cerebro, como la obstaculización en la producción de neurotransmisores como la norepinefrina, serotonina y dopamina, estas son también endorfinas, a veces llamadas hormonas de la felicidad; se conocen sus efectos tranquilizantes y beneficios en el estado de ánimo. Estos últimos efectos positivos, también se han observado durante la práctica de actividad física, lo cual puede explicar las mejoras en la salud mental, en áreas como ansiedad, depresión y cognición, mejorando la salud, estado de ánimo, emotividad y la autoestima gracias en parte por la producción de endorfinas y otros como podrían ser gracias a un aumento en el riego sanguíneo cerebral y de la temperatura corporal (10,11).

Beneficios de la actividad física, el deporte y el ejercicio

En 2013 Nuria S y Cols., encontraron que la práctica de ejercicio físico además de ser eficaz como tratamiento de diferentes patologías, también lo fue para los trastornos de índole adictivo como la depresión, esquizofrenia y el trastorno bipolar, así como de la adicción o consumo de otras sustancias como el alcohol y tabaco, además se observó que la práctica regular de ejercicio físico se asoció con un menor consumo de sustancias psicoactivas (2,8). Sin embargo, aunque en varios estudios indican que para el consumo de alcohol y otras sustancias ilegales se necesitan estudios más concluyentes (2,8) es importante mencionar que el deporte y la actividad física es una práctica relativamente de bajo costo, eficaz y muy bien aceptada, volviéndose una parte atractiva del tratamiento, y no solamente mejora el tratamiento contra el consumo o adicción, si no también puede mejorar la salud en general, autoestima, valores y otras áreas personales. De esta manera al promover y adoptar como propios la práctica de actividad física, deporte y estilos de vida saludables durante la adolescencia, aumenta la probabilidad de mantenerlos en etapas adultas, así como también heredar estos hábitos a las siguientes generaciones, disminuyendo la incidencia de las adicciones (2).

Algunos mecanismos por los cuales se puede explicar los beneficios del ejercicio físico en el tratamiento de la dependencia de estas sustancias psicoactivas son, de acuerdo con Polo et al. (8):

- “1) Conseguir estados placenteros similares a los producidos por el consumo, mediante la activación de neuroquímicos o sustancias que tienen efectos parecidos a estas sustancias psicoactivas.*
- 2) Reducción los síntomas de ansiedad y depresión inducida durante la abstinencia y por ende mejorar el estado de ánimo.*
- 3) El incremento de la autoeficacia entendido como incremento en la confianza para realizar actividades en diversos ámbitos en especial los deportivos.*
- 4) La promoción del ejercicio como una alternativa positiva al consumo, con el objetivo de progresar hacia un cambio de estilo de vida más saludable,*
- 5) El empleo del ejercicio como estrategia de afrontamiento y reducción del estrés,*
- 6) como técnica que facilite la reducción del síndrome de abstinencia y*
- 7) como estrategia para incrementar las relaciones interpersonales y el apoyo social cuando el ejercicio se realiza en grupo (2)”.*

Se conoce que el ejercicio puede otorgar momentos de placer y se vuelve una excelente herramienta para que las personas logren un afrontamiento al lograr una disminución del estrés y ansiedad, sentimientos que pueden desembocar en una recaída en el consumo; parte de la neuroquímica que se ha mencionado además de las hormonas ya mencionadas, se conoce el aumento de endorfinas que son sustancias que se producen de forma natural por nuestro cuerpo y se pueden generar con el ejercicio o actividad física; todo lo anterior puede aumentar la autoestima, mayor capacidad de hacer frente al estrés, mejores relaciones con familia y con el entorno (2,9). Por ello la integración de jóvenes y personas (con o sin la presencia de alguna adicción) en un deporte, pueden generar el valor de la disciplina y compromiso (2). Un punto importante para iniciar es primero reconocer que no se tratará de comenzar a trotar o correr y todo se resolverá, ya que el proceso deberá ser gradual y requerirá de la disponibilidad de espacios seguros para la práctica, apoyo de entrenadores, guías o asesores entrenados y capacitados para formar valores. Por ejemplo, se ha considerado como el espíritu deportivo (que se ha integrado y conocido como “honradez deportiva”) tiene beneficios derivado a que practican valores sociales positivos como el respeto, trabajo en equipo, determinación y compromiso (9). Entonces de esta manera la disciplina y valores integrales propuestos en estas prácticas aunado a la realización del ejercicio físico, guían hacia la mejora del rendimiento físico, control y seguridad de emociones que coadyuva a la prevención de consumo de sustancias psicoactivas mediante mecanismos reguladores de factores hormonales que impactan en las conductas de los consumidores (2).

Conclusión: El ejercicio, deporte o actividad física, tiene beneficios, además de los ya descritos como el control de peso y salud cardiovascular, pero también en el estado de ánimo al mejorar la producción de neuroquímicos (sustancias que se producen y estimulan en el cerebro varias zonas y con ellos los diferentes estados de ánimo).

La adolescencia es una etapa vulnerable derivado de sus grandes cambios hormonales, anatómicos, cerebrales, lo cual requiere mucho acompañamiento, educación y atención de parte de las familias, además de que los gobiernos se involucren en los aspectos preventivos por la alta prevalencia del consumo de drogas psicoactivas, muchas de ellas con efectos irreversibles en el sistema nervioso. Lo cual lleva a efectos en la calidad de vida a mediano y largo plazo. Con todo lo expuesto es importante que los cuidadores, padres y todos los que tienen relación con la educación en esta etapa, conozcan estas

formas de comprender y aplicar los beneficios del ejercicio o deporte como una de varias estrategias para promover estilos de vida saludables.

Referencias:

1. Comisión Nacional contra las Adicciones. Informe sobre la Situación de la Salud Mental y el Consumo de Sustancias Psicoactivas en México 2021 [Internet]. Ciudad de México, México: Gobierno de México; 2021. [citado el 2 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://www.gob.mx/salud/conadic/documentos/informe-sobre-la-situacion-de-la-salud-mental-y-el-consumo-de-sustancias-psicoactivas-en-mexico-2021>
2. Gallardo RP, Cobos RCR, Martínez MM, Acosta KR. Consumo de drogas y la práctica de actividad física en adolescentes: revisión narrativa. Rev Fac Cienc Salud Univ Cauca [Internet]. 2017 [citado el 2 de noviembre de 2022];19(2):29-37. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6226403>
3. Secretaría de Gobernación. Plan Nacional de Desarrollo 2019-2024 [Internet]. México: Secretaría de Gobernación; 2019 [citado el 2 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://www.gob.mx/cenace/acciones-y-programas/plan-nacional-de-desarrollo-2019-2024-195029>
4. Comisión Nacional contra las Adicciones. Programa Anual de Trabajo 2021, P.A.T [Internet]. México: Secretaría de Salud; 2021 [citado el 2 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://www.gob.mx/salud/conadic/documentos/programa-anual-de-trabajo-2021-p-a-t>
5. Kaufer M, Lizaur A, Arroyo P. Nutriología Médica. 4ta ed. México, D.F.: Editorial Médica Panamericana; 2015.
6. CDC. Consumo de sustancias y riesgos en adolescentes [Internet]. USA: Centers for Disease Control and Prevention; 2020 [citado el 2 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://www.cdc.gov/ncbddd/spanish/fasd/abuso-sustancias-adolescentes.htm>
7. Tena-Suck Antonio, Castro-Martínez Guadalupe, Marín-Navarrete Rodrigo, Gómez-Romero Pedro, Fuente-Martín Ana de la, Gómez-Martínez Rodrigo. Consumo de sustancias en adolescentes: consideraciones para la práctica médica. Med. interna Méx. [revista en la Internet]. 2018 Abr [citado 2022 Nov 02]; 34(2): 264-277. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0186-48662018000200008&lng=es
8. Siñol N, Martínez-Sánchez E, Guillamó E, Campins MJ, Larger F, Trujols J. Efectividad del ejercicio físico como intervención coadyuvante en las adicciones: una revisión. Adicciones [Internet]. 2013 [citado el 2 de noviembre de 2022];25(1):71. Disponible en: <https://www.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/74>
9. United Nations Office on Drugs and Crime, United Nations. El Deporte: El Deporte como Instrumento de Prevención del Uso Indebido de Drogas. United Nations Publications; 2003.
10. Liguori G, American College of Sports Medicine (ACSM). Manual ACSM para la valoración y prescripción del ejercicio. 4a ed. La Villa y Corte de Madrid, España: Ovid Technologies; 2021.
11. Bonet J, Parrado E, Capdevila L. Efectos agudos del ejercicio físico sobre el estado de ánimo y la HRV / Acute Effects of Exercise on Mood and HRV. RIMCAFD [Internet]. 6 de marzo de 2017 [citado 2 de noviembre de 2022];(65). Disponible en: <https://revistas.uam.es/rimcafd/article/view/7360>

6. NOTICIAS

MIC. Ángela Marcela Castillo Chávez. *Coordinadora de Investigación y Vinculación del Observatorio Universitario de Seguridad Alimentaria y Nutricional del Estado de Guanajuato (OUSANEG).*

Gobierno Abierto en el Estado de Guanajuato 2022-2024

A 30 de noviembre de 2022. Sesión de aprobación e integración de lineamientos y agenda del Gobierno Abierto para Guanajuato.

El pasado 30 de noviembre el OUSANEG participó en la sesión de trabajo, en la cual se aprobó la integración de la Comisión para la Elaboración del Plan de Acción Local de Gobierno Abierto para Guanajuato, los lineamientos del STL, la agenda de sesiones para 2023 y el informe de los 8, 9 y 10 Pasos para implementar una estrategia local de Gobierno Abierto para Guanajuato. El OUSANEG contribuyó con la propuesta para el Eje compromiso "Calidad del Aire", trabajando en congruencia y para una visión sostenible de las acciones desde el Gobierno Abierto para Guanajuato.



Ilustración 1. Participantes en la sesión de trabajo del Gobierno Abierto para Guanajuato.

**12° Foro Internacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional (FISANUT) y 6ª
Cátedra de Nutrición.**

León, Gto. A 14 de noviembre de 2022. 12° Foro Internacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional (FISANUT) y 6ª Cátedra de Nutrición.

El pasado 14 de noviembre se llevaron a cabo las mesas de diálogo y cocreación en la población de las Ladrilleras del Refugio, como parte e inicio del 12° Foro Internacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional (FISANUT) y 6ª Cátedra de Nutrición, con el lema: "El FISANUT en las Ladrilleras del Refugio ¡no dejar a nadie atrás!". Este evento fue organizado por el Observatorio Universitario de Seguridad Alimentaria y Nutricional del Estado de Guanajuato (OUSANEG) y el Cuerpo Académico de Biomedicina Traslacional de la Universidad de Guanajuato.

12° FISANUT y 6ª Cátedra de Nutrición
Foro Internacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional
14, 22 y 23 de noviembre

LEMA:
EI FISANUT EN LAS LADRILLERAS DEL REFUGIO ¡NO DEJAR A NADIE ATRÁS!
En el marco del Día Mundial de la Alimentación

El Observatorio Universitario de Seguridad Alimentaria y Nutricional del Estado de Guanajuato (OUSANEG) y el Cuerpo Académico de Biomedicina Traslacional de la Universidad de Guanajuato

TE INVITA AL: 12° Foro Internacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional (FISANUT) y 6ª Cátedra de Nutrición

PROPÓSITO

Derivado del Compromiso del OUSANEG y la red de organizaciones de sociedad civil incorporadas en el Secretariado Técnico Local de Gobierno Abierto del Estado de Guanajuato, para la Cocreación del segundo Plan de Acción Local de Gobierno Abierto del Estado de Guanajuato y su posible compromiso: Calidad del aire y situación de las Ladrilleras del Estado de Guanajuato, que emana de la reciente experiencia del proyecto "Capacítandome para transformar la producción de ladrillo y mejorar la calidad del aire en mi Comunidad de Las Ladrilleras del Refugio a través del uso de herramientas de Acceso a la Información" (PROSEDE INAI, 2022).

Iniciativa impulsada para el fomento de los derechos de acceso a la información, es que dentro del marco del 12° Foro Internacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional (FISANUT) y la 6ª Cátedra de Nutrición, se tiene el gusto de invitarle a la jornada "FISANUT: CALIDAD DEL AIRE EN LAS LADRILLERAS DEL REFUGIO: QUE NADIE SE QUEDE ATRÁS", la cual se desarrollará en tres momentos presenciales e híbridos:

14 de noviembre	En la comunidad de Ladrilleras del Refugio en la ciudad de León, en un horario de 11:00 am a 5:00 pm. Donde se realizarán mesas de Diálogo y Cocreación con la comunidad ladrillera interesada.
22 de noviembre	Evento de apertura y presentación de las comunicaciones de Investigación. Modalidad virtual por zoom.
23 de noviembre	En el Auditorio Jorge Ibarra Jenguita de la Universidad de Guanajuato Campus León, de 9:30 am a 3:00pm. Donde se realizará el foro de presentación y diálogo con los actores estratégicos del posible compromiso "Calidad del aire y situación de las Ladrilleras del Estado de Guanajuato".

Contáctanos
fisanut@gmail.com
ousaneg@gmail.com
OUSANEG

Link de inscripción 22 y 23 de noviembre: <https://form.jotform.com/222104381346852>
Link de registro comunicaciones: <https://form.jotform.com/223076244638862>
Sitio oficial del FISANUT: <https://www.ousaneg.org.mx/fisanut.php>

Ilustración 2. Programa general del evento.



Ilustración 3. Participantes en las mesas de diálogo y cocreación en la población de las Ladrilleras del Refugio.

**Ladrilleras del Refugio,
14 de noviembre, Mesas de Cocreación
(consulta en las Ladrilleras del Refugio).**



Ilustración 4. Participantes en las mesas de diálogo y cocreación en la población de las Ladrilleras del Refugio.

Puedes ver el video de la presentación de la actividad en el siguiente enlace:

<https://www.facebook.com/100064363525007/videos/504297898301912>

León, Gto. A 22 y 23 de noviembre de 2022. 12° Foro Internacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional (FISANUT) y 6ª Cátedra de Nutrición.

El pasado 22 y 23 de noviembre el Observatorio Universitario de Seguridad Alimentaria y Nutricional del Estado de Guanajuato (OUSANEG) y la Universidad de Guanajuato llevaron a cabo el 12° Foro Internacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional (FISANUT) y 6ª Cátedra de Nutrición, con el lema: "El FISANUT en las Ladrilleras del Refugio ¡no dejar a nadie atrás!". Este evento se conmemora en el marco del Día Mundial de la Alimentación.

En esta edición el FISANUT se mueve a la Comunidad de las Ladrilleras del Refugio el 22 de noviembre con mesas de Cocreación y el 23 de noviembre en el Auditorio Jorge Ibargüengoitia de la Sede Forum, León, Gto., con el evento Académico y la presentación de resultados.



Ilustración 5. Banner del evento.

Puedes ver la grabación de las actividades desarrolladas el 22 de noviembre en el siguiente enlace:

https://www.facebook.com/watch/live/?ref=watch_permalink&v=8271437416260117



Ilustración 6. Captura de pantalla de los participantes en la sesión virtual del evento.



Ilustración 7. Participantes en la jornada presencial del evento.

Puedes leer la noticia publicada en la página web de la Universidad de Guanajuato en el siguiente enlace:

<https://www3.ugto.mx/noticias/noticias/18038-comunidad-ug-participa-en-las-mejoras-ambientales-y-de-salud-en-ladrilleras-del-refugio>

Otras Noticias

A 3 de noviembre de 2022. Pre-Conferencias del Latin Food 2022.

El pasado 3 de noviembre la Dra. Rebeca Monroy Torres participó en la Mesa de discusión: “Los insectos comestibles de México un recurso patrimonial, nutritivo y gastronómico” durante las Pre-Conferencias del Latin Food 2022. Este evento fue organizado por la Asociación Mexicana de Ciencia de los Alimentos A.C. y está vinculado al Proyecto AMECA-CONACYT 317745: Difusión y divulgación de la ciencia, tecnología e innovación de Alimentos para el desarrollo sostenible y seguridad alimentaria de México y el mundo.

Mientras Latin Food 2022 se prepara para nuestra conferencia en persona en Puebla, México, hemos estado ocupados creando oportunidades para involucrar a nuestra comunidad a través de las Pre-Conferencias del Latin Food 2022

PRE-CONFERENCE WEBINAR - SESIONES NOVIEMBRE

Mesa de discusión: Los insectos comestibles de México un recurso patrimonial, nutritivo y gastronómico.
Dra. Celeste Ibarra, Dra. Rebeca Monroy y Chef, Dra. Beverly Ramos

**NOVIEMBRE 3 - 4:00 PM
(HORA CENTRO, MÉXICO)**

**Dr. César Ozuna
Moderador**

<https://forms.gle/8n48PjWkExTMizWZ7>

Se entregará DIPLOMA únicamente al asistir a 3 conferencias por mes

TE ESPERAMOS EN PUEBLA - LATIN FOOD 2022
membresia.ameca@gmail.com / amecaregistro@gmail.com
<https://amecames.mx/congresos/latin-food-2022/>
membresia.ameca@gmail.com / amecaregistro@gmail.com

Ilustración 8. Banner del evento.

A 4 de noviembre de 2022. Ponencia “Nutrición y aspectos sociales de la mujer adulta mayor”.

El pasado 4 de noviembre la Dra. Judith Martín del Campo participó como ponente con el tema “Nutrición y aspectos sociales de la mujer adulta mayor”, como parte de la Unidad de Aprendizaje (Optativa II): Nutrición en la mujer del Programa Educativo de la Licenciatura en Nutrición del Campus León de la Universidad de Guanajuato.



Ilustración 9. Banner del evento.



Ilustración 10. Captura de pantalla de los y las participantes del evento.

A 4 de noviembre de 2022. "Papel ético de la estadística en la Investigación".

El pasado 4 de noviembre por invitación del Comité de Ética en Investigación del Hospital Pediátrico de León, la Dra. Rebeca Monroy Torres presentó la ponencia titulada: "Papel ético de la estadística en la Investigación".



Ilustración 11. Entrega de constancia.

A 4 de noviembre de 2022. Charlas "...más allá de la comensalidad".

El pasado 4 de noviembre, durante el programa "Charlas "...más allá de la comensalidad"", en su Emisión 4, temporada 2, la Dra. Rebeca Monroy Torres participó en una entrevista.

Puedes escuchar la entrevista en el siguiente enlace: https://www.ivoox.com/charlas-mas-alla-comensalidad-e-4-t-2-audios-mp3_rf_95418272_1.html



Por Paris Aguilar Piña

> CHARLAS "...MÁS ALLÁ DE LA COMENSALIDAD"E.4 T.2

Charlas "...más allá de la comensalidad"E.4 / T.2. Rebeca Monroy Torres OUSANEG

04/11/2022 | 12 | 0 | 0

Ciencia y naturaleza

DETENER SUSCRIBIRSE + 06:28 31:24

Descargar Compartir Me gusta Más

Ilustración 12. Captura de pantalla del portal web.

A 9 de noviembre de 2022. Artículo de divulgación “Los amparos contra el etiquetado frontal de advertencia”. El pasado 9 de noviembre se publicó el artículo de divulgación titulado “Los amparos contra el etiquetado frontal de advertencia” en el portal web de la revista México Social, el artículo fue escrito por la Dra. Rebeca Monroy Torres.

MÉXICO SOCIAL LA CUESTIÓN SOCIAL EN MÉXICO

Inicio Contenido Archivo Blogs ¿Quiénes somos?

Los amparos contra el etiquetado frontal de advertencia

EXCESO CALORÍAS EXCESO AZÚCARES EXCESO SODIO EXCESO GRASAS SATURADAS EXCESO GRASAS TRANS

Ilustración 13. Captura de pantalla del portal web México Social.

Puedes consultar el artículo en el siguiente enlace:

https://www.mexicosocial.org/etiquetado-frontal-2/?fbclid=IwAR062iolx0zW41gH-CSUqUO6ktew5L4SPQq87_NWfWkTAVUPOru_9hkCY_w

A 9 de noviembre de 2022. Taller de economía circular.

El pasado 9 de noviembre por invitación de 10,000 Mujeres por México, Capítulo Guanajuato, la Dra. Rebeca Monroy Torres asistió al taller titulado “Economía circular” impartido por el Dr. Omar Silva Palancares.



Ilustración 14. Participantes en el taller “Economía circular”.

A 15 de noviembre de 2022. El equipo del OUSANEG se suma a legitimar al Etiquetado de Advertencia.

El pasado 15 de noviembre las y los integrantes del equipo OUSANEG se sumaron, a través de podcast y en su red social de Facebook, a legitimar al Etiquetado de Advertencia como un derecho a estar informados de forma clara, precisa y concisamente.



Ilustración 15. Captura de pantalla de la publicación en el canal de YouTube de OUSANEG.

Puedes visualizar el podcast en el siguiente enlace:

<https://www.youtube.com/watch?v=Om9XHX0D60E>



Ilustración 16. Captura de pantalla de la publicación en el canal de YouTube de OUSANEG.

Puedes visualizar el podcast en el siguiente enlace:

https://www.youtube.com/watch?v=7laHdCvKB_w



Ilustración 17. Captura de pantalla de la publicación en el canal de YouTube de OUSANEG.

Puedes visualizar el podcast en el siguiente enlace:

<https://www.youtube.com/watch?v=dqaJZBUd-b8>



Ilustración 18. Captura de pantalla de la publicación en el canal de YouTube de OUSANEG.

Puedes visualizar el podcast en el siguiente enlace:

<https://www.youtube.com/watch?v=k1aWoT6cig>

León, Gto. A 22 de noviembre de 2022. Inauguración de la Sala de Lactancia en la Torre Vida UG.

El pasado 22 de noviembre se inauguró la Sala de Lactancia en la Torre Vida UG del Campus León de la Universidad de Guanajuato. Se felicita a la Licenciatura en Nutrición del Campus León.



Ilustración 19. Asistentes a la inauguración.

León, Gto. A 24 de noviembre de 2022. Jurisdicción Sanitaria VII.

El pasado 24 de noviembre la Dra. Rebeca Monroy Torres fue ponente por invitación de la Jurisdicción Sanitaria VII.



Ilustración 20. Asistentes a la ponencia.

Guanajuato, Gto. A 25 de noviembre de 2022. 1ra Sesión de la Comisión Mixta.

El pasado 25 de noviembre la Dra. Rebeca Monroy Torres participó en la 1ra Sesión de la Comisión Mixta para la Atención al Sector Ladrillero en el Estado de Guanajuato. En la sesión participaron representantes de la Secretaría de Medio Ambiente y Ordenamiento Territorial (SMAOT), IdeaGto.



Ilustración 21. Asistentes a la 1ra Sesión de la Comisión Mixta para la Atención al Sector Ladrillero en el Estado de Guanajuato.

A 25 de noviembre de 2022. III Congreso Internacional de Nutrición y Dietética. Lima, Perú.

El pasado 25 de noviembre la Dra. Rebeca Monroy Torres compartió el tema “Estrategias para revertir la sarcopenia desde la seguridad alimentaria” durante el III Congreso Internacional de Nutrición y Dietética, organizado por el Colegio de Nutricionistas de Perú, la Universidad Le Cordon Bleu y el Grupo Educativo Perú Innova, ubicado en Lima, Perú.

ORGANIZA: **Grupo Educativo PERU INNOVA**
CENTRO DE CAPACITACIÓN Y ACREDITACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES

III CONGRESO INTERNACIONAL DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

Del 24 al 28 de Noviembre
LIMA - PERÚ

PONENTE INVITADO
Dra. REBECA MONROY TORRES MÉXICO

- Responsable y fundadora del laboratorio de Nutrición Ambiental y Seguridad Alimentaria (NANAYSA) del Departamento de Medicina y Nutrición.
- Miembro del Sistema Nacional de Investigadores nivel 1.
- Profesora titular a tiempo completo y profesor con perfil deseable por PROMEP del Departamento de Medicina y Nutrición, División de Ciencias de la Salud de la Universidad de Guanajuato en la Licenciatura de Nutrición y Licenciatura en Medicina y de la Maestría en Investigación Clínica de la Universidad de Guanajuato.
- Nutriologa Certificada por el Colegio Mexicano de Nutriologos desde el 2007.
- Maestra en Investigación Clínica y Doctora en Ciencias Medicas por la Universidad de Guanajuato.
- Especialidad en Higiene y Salud de los Alimentos.
- Especialista Internacional por la FAO - Chile.

CONGRESO MODALIDAD: VIRTUAL

RESPALDAN: **UNIVERSIDAD LE CORDON BLEU** **CNP 1996** **ETAC Universidad ETAC**

Ilustración 22. Banner del evento.

Jaral de Berrio, Gto. A 29 de noviembre de 2022. Certificación "Espacio Libre de Consumo de Refresco".

El pasado 29 de noviembre el equipo del OUSANEG colaboró, en el programa de la Secretaria de Salud del Estado de Guanajuato, con la Certificación "Espacio Libre de Consumo de Refresco". En virtud del cumplimiento con los criterios establecidos por el componente de Nutrición del Programa de Atención a la Salud de la Infancia y la Adolescencia. Acciones desarrolladas por las Unidades Médicas de Atención Primaria a la Salud (UMAPS) de Jaral de Berrio y Saucedá de la Luz de San Felipe, Guanajuato y particularmente el impulso de la Nutrióloga Rebeca Zarate y en el MSP Hugo Ortega.



**CERTIFICACIÓN DE ESPACIOS LIBRES DE
REFRESCO**
FELICIDADES A TODO EL EQUIPO Y DIRECTIVOS DE LAS
U.M.A.P.S. Jaral de Berrio y U.M.A.P.S. Saucedá de la Luz

29 de noviembre, 2022



Ilustración 23. Participantes en el programa de la Secretaria de Salud del Estado de Guanajuato, con la Certificación "Espacio Libre de Consumo de Refresco".

León, Gto. A 30 de noviembre de 2022. Comisión Mixta para la atención al Sector Ladrillero en el Estado de Guanajuato.

El pasado 30 de noviembre durante la sesión extraordinaria de trabajo de la Comisión Mixta para la atención al Sector Ladrillero en el Estado de Guanajuato, se dió seguimiento a las propuestas que presentó la Dra. Rebeca Monroy Torres, propuestas derivadas de las mesas de consulta en la comunidad de las Ladrilleras del Refugio el pasado de 14 de noviembre, como parte de los productos y compromisos establecidos con el equipo organizador del 12° Foro Internacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional (FISANUT) y la 6ª Cátedra de Nutrición, con el Lema "No dejar a nadie atrás", evento organizado por el Observatorio Universitario de Seguridad Alimentaria y Nutricional del Estado de Guanajuato (OUSANEG) y el Cuerpo Académico de Biomedicina Traslacional de la Universidad de Guanajuato. En la sesión participaron el equipo legal de la Secretaría de Medio Ambiente y Ordenamiento Territorial (SMAOT) de la Procuraduría Ambiental y del Ordenamiento Territorial (PAOT), Guanajuato, la Procuraduría Ambiental y la Secretaría de Desarrollo Económico Sustentable (SDES).



Ilustración 24. Participantes en la sesión extraordinaria de trabajo de la Comisión Mixta para la atención al Sector Ladrillero en el Estado de Guanajuato.