

¿Cómo comen los niños, niñas y adolescentes?



Los alimentos se clasifican en



Los ultraprocesados tienen:

- Sustancias derivadas de alimentos, con poco contenido o nada de alimentos naturales
- Aditivos para dar textura, color y sabor
- Contenido en exceso de **nutrientes críticos**: sodio, grasas y/ azúcares

¿Cómo afectan a la salud?



Aumentan el riesgo de contraer diabetes tipo II, hipertensión, cáncer, **enfermedades cardiovasculares** y **malnutrición** como **obesidad**



Desplazan el consumo de alimentos recomendados como **frutas y verduras**

Su alimentación: (2da ENNyS)¹

Más del **35%** del aporte calórico diario proviene de productos ultraprocesados

No alcanza la recomendación de ningún grupo de alimento según las GAPA*

Consumen solo **1 porción de fruta o verdura** por día cuando la recomendación es de **5**

Las infancias tienen peores hábitos alimentarios que los adultos

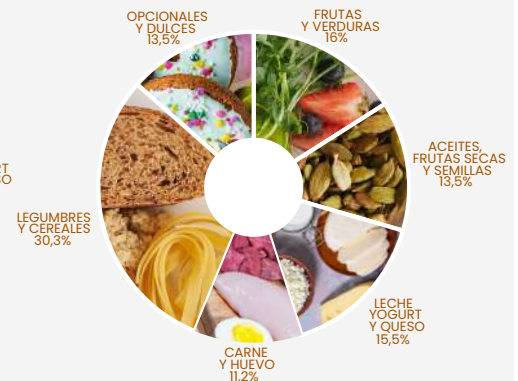
¹ Secretaría de Gobierno de Salud, Ministerio de Salud y Desarrollo Social. 2º Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (ENNyS 2). Buenos Aires, Argentina, 2019. Disponible en: <https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2020-01/encuesta-nacional-de-nutricion-y-salud-2019.pdf>

SITUACIÓN ACTUAL



*BEBIDAS NO INCLUIDAS EN NINGUN GRUPO DE LAS GAPA COMO POR EJEMPLO CAFE INSTANTANEO Y CERVEZAS SIN ALCOHOL

PATRÓN ALIMENTARIO RECOMENDADO²



CONTRIBUCIÓN CALÓRICA DIARIA SEGÚN GRUPOS DE ALIMENTOS GAPA EN UNA DIETA DE 2000 KCAL (IC 95%).

² Ministerio de Salud de la Nación. Guías Alimentarias para la Población Argentina. Manual de aplicación. Buenos Aires, Argentina, 2016. Disponible en: <https://bancos.salud.gob.ar/recurso/gulas-alimentarias-para-la-poblacion-argentina-manual-de-aplicacion>

¿Cómo ayuda la Ley de Etiquetado?



Organización Panamericana de la Salud. Modelo de Perfil de Nutrientes de la Organización Panamericana de la Salud. 2017, Washington DC. Disponible en: <https://www.paho.org/es/perfil-de-nutrientes>

Si no consumimos productos con sellos: evitamos caries, nos enfermamos menos, nos sentimos mejor.



¿Qué podés hacer como pediatra para evitarlo?

- Charlar con las familias sobre el impacto de los ultraprocesados en la salud de las infancias
- Acercar información sobre la ley a las familias para que impulsen su cumplimiento en las escuelas
- Difundir y debatir sobre esta problemática junto a colegas

Conocé más en



<https://linko.page/escuelasfop>