



LOS CEREALES DE CAJA PARA EL DESAYUNO EN MÉXICO NO SON SALUDABLES EN SU MAYORÍA POR ALTO CONTENIDO DE AZÚCAR Y SODIO, INDICA ESTUDIO

- *De 371 cereales de caja, 69% no son saludables, son altos en azúcar y sodio y portan leyendas nutrimentales engañosas que desorientan al consumidor*
- *Estos productos son muy altos en azúcar y sodio por lo que la industria debe disminuir su contenido como medida de salud pública*
- *Se requiere de un etiquetado que permita a los consumidores identificar los cereales de caja menos saludables*

Ciudad de México, 21 de agosto 2017.- En México, el 58% de las calorías que consumimos proviene de alimentos y bebidas empaquetados, uno de ellos son los cereales de caja que se comen principalmente en el desayuno. Entre la población infantil mexicana, se estima que el 7% de los niños lo comen diario y de acuerdo Encuesta Nacional de Salud y Nutrición, casi la mitad de los niños menores de 2 años lo consumieron el día anterior a la aplicación de esta encuesta.

Un estudio recién publicado y realizado por investigadores del *Instituto Nacional de Salud Pública* de México y de la *Escuela de Higiene y Medicina Tropical de Londres* encontró que, de 371 cereales de caja analizados, el 69% se categoriza como “menos saludable”. En comparación con los cereales más saludables, estos productos son más altos en calorías, azúcares añadidos y sodio. Contienen prácticamente el doble de azúcar (30.6 gramos por 100 gramos en promedio versus 16.6 gramos) y el triple de sodio (473 mg en 100 gramos en promedio versus 148 mg).

Estos productos son fuertemente publicitados en diferentes medios, incluyendo la televisión, anuncios en calle y puntos de venta, por lo general utilizan elementos atractivos a los niños como personajes propios de la marca, colores llamativos, juegos y regalos. El empaque también incluye leyendas o declaraciones nutrimentales que engañan a los padres de familia haciendo creer que es un producto saludable por el hecho de contener vitaminas y minerales adicionados, pero no advierten sobre el alto contenido de azúcar y sodio. De hecho, el estudio concluye que estas leyendas o declaraciones no reflejan la calidad del cereal ya que por ejemplo el 89% de los productos “menos saludables” tuvieron una declaración nutrimental, reflejando que se utiliza como una herramienta de marketing. Por ello el estudio concluye la necesidad de que el estado monitoree el uso de estas declaraciones ya que, si bien están reguladas, no se da el seguimiento pertinente a su cumplimiento.

Fiorella Espinosa, investigadora en salud alimentaria en El Poder del Consumidor complementó: “El presente estudio indica que el etiquetado frontal que actualmente se encuentra en forma obligatoria en los empaques, no permite al consumidor identificar cuando un cereal de caja es alto en calorías, azúcar o sodio y por ende si es saludable. Por ello es tan urgente un etiquetado frontal de alimentos fácil de entender que informe a toda



la población, incluido a los niños, brindándoles una herramienta que contrarreste las fuertes estrategias de marketing que tiene esta industria”.

Una de las recomendaciones del estudio es establecer metas de contenido de sodio en los cereales de caja para que sus fabricantes reduzcan a una cantidad establecida. Esto ya se realiza en otros países como el Reino Unido en donde la meta para 2017 es reducir el contenido de sodio a 235 mg por 100 gramos de producto. En Australia la meta para los cereales con más de 400 mg de sodio por 100 gramos es reducir en un 15%. Mientras tanto en México los cereales tienen más de 450 mg de sodio por 100 gramos.

Por su parte Alejandro Calvillo, director de EPC, señaló: “Los cereales con más azúcar y sodio y menos fibra son los que se publicitan a niños. En la inversión en publicidad dirigida a los niños, la mayor es de cereales que no son saludables. México carece no sólo de un buen etiquetado frontal que advierta del alto contenido de sodio y azúcar en estos cereales, también carecemos de una regulación de su publicidad dirigida a niños. Esta situación tiene que ver con el hecho de que estas regulaciones las ha elaborado la autoridad con la industria, comprometiendo la salud pública”.

En un país como México donde la población consume más azúcar y más sodio del que se recomienda, es necesario tomar en cuenta la evidencia científica y las recomendaciones internacionales:

- Implementar un etiquetado nutrimental frontal que permita a toda la población identificar productos alimenticios altos en azúcares añadidos (libres), grasas saturadas, sodio y calorías, por ser aquellos asociados con daños a la salud.
- Mejorar la regulación de publicidad, restringiendo el uso de personajes en productos altos en azúcares añadidos (libres), grasas saturadas, sodio y calorías.
- Monitorear el uso de leyendas o declaraciones nutrimentales, particularmente en productos alimenticios altos en azúcares añadidos (libres), grasas saturadas, sodio y calorías

Contacto prensa

Rosa Elena Luna cel. 55-2271-5686

Diana Turner cel. 55-8580-6525

Denise Rojas cel. 55-1298-9928