

Enfermedades crónicas: Prevención y control en las Américas



Noticiero Mensual del Programa de Enfermedades Crónicas de la OPS/OMS
Organización Panamericana de la Salud
Oficina Regional de la Organización Mundial de la Salud



Vol. 1, No. 4, abril 2007

Editores: James Hospedales, Donna Eberwine Asistentes editoriales: Pilar Fano, Elizabeth Cafiero, Maria Pico, Suzanna Stephens

Acción Regional



"Américas libre de grasas trans", urgen en la OPS expertos en nutrición

La OPS y la OMS convocaron a un Grupo de Trabajo de varios expertos para tratar y proporcionar recomendaciones para una **América Libre de las Grasas**

Trans (AGT). Los miembros de dicho grupo de trabajo citaron prueba científica e indiscutible que muestra que el consumo de AGT aumenta el riesgo de enfermedades cardiovasculares y puede aumentar el riesgo de diabetes y obesidad. Expertos nutricionistas y de salud pública hicieron hoy un llamado para que se eliminen las grasas trans de los suministros alimenticios de todo el hemisferio americano en una reunión especial de un grupo de trabajo en la sede regional de la OPS en Washington, DC.

"Sencillamente, las grasas trans son una sustancia tóxica en nuestras dietas", dijo el Dr. Enrique Jacoby, Asesor Regional de la OPS en Nutrición y Estilos de Vida Saludables. "Hay mucha evidencia en este sentido. También hay consenso entre los expertos de nuestro grupo de trabajo respecto a que la progresiva eliminación de las grasas trans en los suministros de alimentos en las Américas es un objetivo no sólo deseable sino posible".

"Esto es algo que los grandes productores de alimentos pueden hacer en cuestión de meses o como máximo en un par de años, y en lo que ya están trabajando varias empresas de

alimentación", dijo el Dr. Ricardo Uauy, presidente de la Unión Internacional de Ciencias Nutricionales y profesor de Nutrición en Salud Pública por la London School of Hygiene and Medicina Tropical.

Uauy y Jacoby se contaban entre un más de 20 expertos de América del Norte, del Sur y Central, y del Caribe, que participaron en el grupo especial de trabajo constituido para considerar la propuesta de la OPS "Américas libre de grasas trans". Un borrador de las conclusiones del grupo será circulado en los próximos meses para obtener comentarios de los países miembros de la OPS, académicos y otros expertos, así como representantes de la industria alimentaria.

Estudios científicos han mostrado que los ácidos de las grasas trans contribuyen a enfermedades del corazón incrementando los niveles del así llamado "colesterol malo", reduciendo los niveles de "colesterol bueno", y dañando las células de las paredes de los conductos sanguíneos, contribuyendo a inflamación y bloqueos, y que conducen a ataques al corazón.

Contenido

- **Acción Regional**..... 1
 - o "Américas libre de grasas trans", urgen en la OPS expertos en nutrición 1
- **Logros en los Países** 2
 - o Reunión de los Representantes de la OPS/OMS de los países andinos y del Cono Sur 2
- **Anuncios** 3
 - o Cumbre en el Caribe para la prevención de las enfermedades crónicas 3
- **Recursos de Información**..... 4
 - o ¡Aprende a comer, beber y vivir saludable! 4

Una reducción de apenas un 2-4 por ciento (de calorías) en el consumo de grasas trans en América Latina y el Caribe podría prevenir entre 50.000 y 230.000 infartos al corazón al año, dijo Dariush Mozaffarian, investigador e profesor asistente en la Escuela de Salud Pública de Harvard.

Las grasas trans están principalmente en productos que contienen aceites parcialmente hidrogenados que los hacen especialmente atractivos para operadores de restaurantes y procesadores de alimentos por su durabilidad y textura pero que tienen efectos negativos sobre la salud humana.

El hidrogenado parcial no sólo crea grasas trans sino que también "destruye grasas saludables Omega-3 que en forma natural contienen aceites vegetales", dijo el Dr. Walter Willett, Catedrático en Nutrición y Epidemiología de la Escuela de Salud Pública de la Universidad Harvard.

Ya están en marcha esfuerzos de regulación para eliminar las grasas trans de los suministradores de alimentos en Dinamarca y en ciudades como Nueva York o Filadelfia, en Estados Unidos. Al mismo tiempo, varios productores de alimentos han empezado a eliminar voluntariamente grasas trans de sus productos. Tal es el caso de Kraft Foods y Wendy's, en Estados Unidos, y Unilever, en Europa. "Esto se ha sido bueno para el comercio", dijo el Dr. Uauy.

En la región de América Latina, oficiales de salud de Costa Rica, y más recientemente de Argentina, han estado trabajando con productores de alimentos para reducir drásticamente las grasas trans. Brasil está implementando requerimientos de etiquetaje, avisos de salud al consumidor y restricciones publicitarias. Se anunció en la reunión que McDonald's ya no utilizará las grasas trans en sus restaurantes en Brasil y Argentina.

Expertos en la reunión de la OPS urgieron que oficiales de salud y productores privados cooperen para acelerar la eliminación de las grasas trans en la Región.

"Esta es un área en la que necesitamos trabajar junto con la industria para el desarrollo de un calendario de eliminación progresiva de las grasas trans de los alimentos que consumimos y para ayudar a la industria a que las reemplace por alternativas más saludables", dijo el Dr. Jacoby. "Afortunadamente, la industria de la alimentación es receptiva a este tipo de esfuerzos, especialmente cuando los consumidores expresan sus preocupaciones".

Miembros del grupo de trabajo enfatizaron que no todas las grasas son malas. "No sólo estamos hablando de reducir las grasas trans sino de incrementar las grasas saludables en la dieta. Este es un mensaje positivo", dijo Uauy.

La reunión del grupo de la trabajo hace parte de los esfuerzos más amplios de la OPS para reducir la creciente carga de enfermedades crónicas, incluidas las enfermedades cardiovasculares, que representan una causa principal de muerte prematura en las Américas como los accidentes cerebrovasculares y la diabetes, que están creciendo a una alarmante velocidad en la región.

Los esfuerzos de la OPS en este área también incluyen la campaña

[*¡A comer sano, a vivir bien y a moverse*](#)

[*América!*](#) para asistir

a los países de la Región a que

promuevan mejores hábitos de

alimentación y se

incremente el índice

de la actividad física entre sus poblaciones.

Estas iniciativas se enmarcan también dentro de

la Estrategia Regional para la Prevención y el

Control de las Enfermedades Crónicas de la



OPS así como en la Estrategia de Nutrición en Salud y Desarrollo.

La OPS fue establecida en 1902 y es la organización de salud pública más antigua del mundo. Es la Oficina Regional para las Américas de la Organización Mundial de la Salud y trabaja con los países para mejorar la salud y elevar la calidad de vida de sus habitantes.

Fuente: OPS, [Comunicado de prensa](#). Reimpresa con la autorización del Oficina de Información Pública de la OPS.

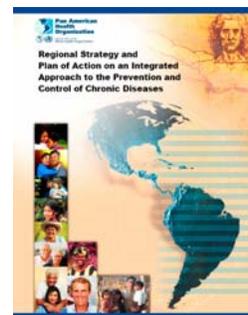
Logros de los Países

Reunión de los Representantes de la OPS/OMS de los países andinos y del Cono Sur

El propósito de esta reunión (que se llevó a cabo en Lima, Perú, la semana del 23 de abril de 2007) fue colocar la prevención de las enfermedades crónicas como una prioridad en la agenda de política sanitaria de los países andinos y del Cono Sur. Como representantes de la Unidad de Enfermedades Transmisibles (NC) de la OPS/OMS asistieron el Dr. James Hospedales y la Dra. Branka Legetic. Se destacó lo siguiente:

- Dr. Manuel Peña, Representante de la OPS/OMS (PWR) en el Perú, y el Dr. Juan Manuel Sotelo, PWR-Chile, se pusieron de acuerdo para ser “campeones” para los programas de NC entre sus contrapartes en los países de su región respectiva.
- Los dos representantes de NC tuvieron reuniones individuales con todos los PWR de los países andinos y de Cono Sur—así como con el Dr. Abel Packer, Director del Centro Latinoamericano y del Caribe de Información en Ciencias de la Salud ([BIREME](#))—con el objetivo de presentar la [Estrategia Regional y Plan de Acción para un enfoque integrado sobre la prevención y el control de las enfermedades crónicas, incluyendo el régimen alimentario,](#)

la actividad física y la salud (ver el [primer número](#) de este noticiero para un resumen de la Estrategia).



- Adicionalmente hubo una reunión con el equipo técnico del Ministerio de Salud peruano, en que fue demostrado que se ha logrado muchos en los últimos dos años en las áreas de vigilancia y manejo clínico.
- La última reunión fue con un representante del [Organismo Andino de Salud / Convenio Hipólito Unanue](#) y resultó en un acuerdo para tomar una serie de medidas para preparar una Resolución para la Reunión Ministerial en 2008, así como un proyecto subregional.

En conclusión, hubo avances positivos, aunque quede mucho por hacer en términos de seguimiento. Hubo muchas buenas ideas para la prevención y el control a los niveles nacional y subregional, que incluye involucrar otros sectores fuera del sector de la salud. Sin embargo, como el Dr. Manuel Peña enfatizó antes, queda mucho por hacer en la prevención de los factores de riesgo y el abordaje de los determinantes sociales. Se discute la organización de una consulta nacional en 2008 que brindaría una ocasión excelente para juntar a todos los elementos involucrados.

Anuncios

Cumbre en el Caribe para la prevención de las enfermedades crónicas

El Caribe sufre de las tasas de mortalidad por enfermedades crónicas más altas de las Américas. Siendo esto el caso, el Secretariado de la

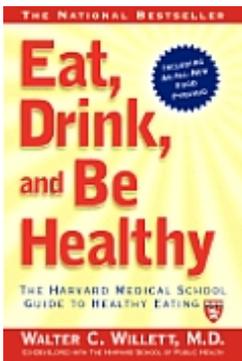


Comunidad Caribeña (CARICOM) está iniciando un abordaje intersectorial para esta epidemia al convenir la primera cumbre del mundo de jefes de

gobierno para enfermedades crónicas. El Dr. Denzil Douglas, Primer Ministro de San Kitts y Nevis y responsable del portafolio de salud en el cuasigabinete de jefes de CARICOM, será el portavoz principal. El Primer Ministro de Trinidad y Tabago, Patrick Manning, auspiciará la cumbre el 14 de septiembre de 2007.

El propósito principal de la cumbre es convocar a los jefes de gobierno para discutir las enfermedades crónicas y llegar a una resolución multisectorial (que incluya tributación, legislación, regulación, finanzas, comercio y agricultura, educación) que sirva de ímpetus para la promoción de la salud y la prevención de las enfermedades.

Recursos de información



¡Aprende a comer, beber y vivir saludable!

La Unidad de Enfermedades Transmisibles de la OPS auspició una ponencia para el personal presentado por el nutricionista más citado del mundo, Dr. Walter Willett de la Universidad

de Harvard. El objetivo de la ponencia fue que la gente usara sus conocimientos existentes,

integrar nueva información de un esquema actualizada y usarla para mejorar sus hábitos alimenticios.

Los **puntos clave** de este esquema son:

- ➔ Las grasas trans son el nuevo enemigo público y son categóricamente malas para la salud.
- ➔ Las grasas trans son peores que las grasas saturadas.
- ➔ Las grasas trans son fatales con relación a la cardiopatía coronaria.
- ➔ Algunas grasas, sin embargo—por ejemplo, las grasas monosaturadas y polisaturadas—son esenciales para la salud y no son, como el autor dijo, el “terrible veneno malévol” que la gente percibe.
- ➔ No son las grasas en total sino el tamaño de las porciones que son el factor principal en subir de peso.
- ➔ Un porcentaje asombroso de 92% de diabetes tipo 2 y 72% de cáncer del colon se puede evitar a través de una dieta más saludable.
- ➔ El consumo del pescado puede reducir de manera dramática el riesgo de las enfermedades cardiovasculares.
- ➔ Sólo una media hora diaria de caminar puede ser su primer paso a la buena salud.

Los hallazgos de Willett están basados en investigaciones nutricionales llevados a cabo durante varias décadas. El Dr. Willett es el autor de más de mil artículos científicos.

El Programa de Enfermedades Crónicas de la OPS/OMS invita a los lectores de estas noticias a someter contribuciones de interés a la situación de las enfermedades crónicas en las Américas. Envíe sus contribuciones (1-3 párrafos) a James Hospedales (hospedaj@paho.org) con copia a Pilar Fano (fanopili@paho.org) y Suzanna Stephens (stephens@paho.org). Se agradecerían sus comentarios sobre este noticiero.

Las instrucciones y los criterios para contribuciones se encuentran en la portada de las noticias en la página Web de la OPS en:

<http://www.paho.org/spanish/ad/dpc/nc/cronic.htm>