**Estudio comparativo entre el patrón de alimentación de Argentina con las recomendaciones internacionales**

Hunziker C (1,2), Díaz MP (1,2), León AE (3,4)

(1) Instituto de Investigación en Ciencias de la Salud (INICSA). UNC-CONICET. Córdoba, Argentina

(2) Escuela de Nutrición, Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Nacional de Córdoba. Argentina

(3) Instituto de Ciencia y Tecnología de los Alimentos Córdoba (ICYTAC), UNC-CONICET, Argentina

(4) Facultad de Ciencias Agropecuarias, Universidad Nacional de Córdoba, Argentina

carodavi33@gmail.com

Actualmente, los sistemas alimentarios están amenazando la salud y la sustentabilidad ambiental. Los mecanismos de mercado estimulan la producción alimentaria hasta poner en peligro al planeta y promover un patrón alimentario caracterizado por el consumo de alimentos y bebidas ultraprocesados que contienen grandes cantidades de calorías y un valor nutritivo escaso, y disminución del consumo de frutas, verduras, legumbres, granos integrales y semillas. En términos de salud, esta situación, es una de las principales causas que llevan a que la obesidad sea una pandemia y las enfermedades no transmisibles una de las primeras causas de muerte. Se propone comparar los hábitos alimentarios en un área testigo argentina con el patrón alimentario saludable y sostenible que propone The EAT-Lancet Commission; el consumo que dicha comisión describe para América Latina (AL) con el de Argentina y la disponibilidad de cada grupo de alimentos en Argentina con el patrón propuesto por Lancet. Se utilizaron fuentes de datos secundarios: dieta de Referencia Saludable The EAT-Lancet Commission; hoja de balance alimentaria Argentina; patrones alimentarios de un área testigo argentina identificados por el Grupo Epidemiológico ambiental del Cáncer en Córdoba. Se tomó de referencia 11 grupos alimentarios propuestos por la Comisión**.** La dieta descripta por la comisión de Lancet para la región de LA no es representativa de Argentina, ya que el consumo de carnes supera ampliamente al de AL y los granos enteros, legumbres y vegetales almidonosos se consumen en menor cantidad. Las diferencias se acentúan al comparar el consumo en Argentina y el recomendado internacionalmente, mostrando excesivo consumo de carnes roja y de pollo, y menos de pescado, elevado consumo de harinas refinadas y bajo de granos enteros y legumbres. En relación a la disponibilidad alimentaria argentina, superan los requerimientos para cumplir con la dieta recomendada en carnes, vegetales almidonosos, huevos y granos enteros; otros productos, como vegetales y pescado no alcanzan a cubrir las recomendaciones internacionales. El principal reto es promover un cambio de hábitos alimentarios, tomando de referencia las recomendaciones internacionales en términos de salud y sustentabilidad, teniendo en cuenta aspectos culturales y con perspectiva de derechos. En este sentido, se destaca la importancia de incluir a las dietas saludables como herramienta para contribuir simultáneamente a la sustentabilidad del sistema agroalimentario y al mejoramiento de la salud. Es imprescindible promover un cambio cultural con respecto a los hábitos alimentarios en la población a través de campañas educativas para disminuir el consumo de carnes y harinas e incrementar el de granos enteros, legumbres, pescado y frutos secos, además, se deben superar los obstáculos de provisión mediante políticas públicas que planifiquen estrategias para garantizar el acceso a los alimentos promovidos.

Palabras clave: salud, sustentabilidad ambiental, hábitos alimentarios