

«La alimentación de la población humana es extraordinariamente compleja [...] Para los cálculos de la ingesta de nutrientes y otros elementos constitutivos se requiere una base de datos de composición de alimentos que sea completa y esté actualizada¹».

1. Willett, 1998.

Avances sobre composición de los alimentos

Ing. Alim. Margarita Henríquez Moya
Dirección de Promoción de la Calidad

Conocer la composición de los alimentos resulta indispensable para ejecutar políticas y acciones. Es esencial para planificar la educación alimentaria; para realizar el correcto etiquetado de los productos y para identificar las necesidades de fortificación de alimentos con propósitos preventivos.

Resulta asimismo primordial a los fines de establecer la relación entre la composición de la dieta y la prevalencia de enfermedades crónicas, así como para establecer metas nutricionales que promuevan estilos de vida más saludables.

Tradicionalmente la fuente informativa fueron las tablas impresas de composición de los alimentos, luego sustituidas por bases de datos informatizadas a partir de las cuales suelen obtenerse las versiones impresas.

La primera edición de la tabla Argentina de composición química de alimentos apareció en 1942, casi simultáneamente con las de Inglaterra y EEUU. Fue pionera en Latinoamérica y en sus páginas se encontraba la composición centesimal y mineral de aproximadamente 600 alimentos.

Hoy es necesario actualizar esas tablas de composición. En primer lugar porque la reglamentación alimentaria establece que en el rótulo de los alimentos se declaren determinados nutrientes, aditivos y contaminantes. A esto se suma el hecho de que a partir de agosto del 2006 el rotulado nutricional es obligatorio para todos los alimentos comercializados en el ámbito del MERCOSUR.

Por otra parte, se registra una mayor demanda de información sobre composición de alimentos frescos y procesados, tanto

por parte de los consumidores como por la industria, que debe incorporar o mejorar la información que brinda a través de los rútilos.

En función de estas demandas, tres países trabajan en el Proyecto denominado “*Desarrollo de bases de datos y tablas de composición de alimentos de Argentina, Chile y Paraguay para fortalecer el comercio internacional y la protección de los consumidores, financiado por la FAO*”. Su objetivo es modernizar o elaborar las bases de datos y tablas nacionales de composición de alimentos en dichos países, a partir de las cuales se actualizará la base de datos regional y la tabla de composición de alimentos de América Latina.

El trabajo requirió en principio establecer cuáles son los alimentos que deben ser considerados “*prioritarios*”, es decir, los que aportan un conjunto de nutrientes cuyo déficit puede alterar la salud.

Los nutrientes seleccionados, en concordancia con los propuestos para desarrollar las Guías Alimentarias destinadas a la población argentina son: calcio, hierro, vitamina A y C. A los fines del proyecto también las proteínas fueron incluidas en la nómina, al igual que la energía que aportan los alimentos.

Taller Nacional

En el mes de octubre se llevó a cabo en San Salvador de Jujuy el 1er Taller Nacional sobre “*Principios básicos para asegurar la generación y compilación de datos de buena*

calidad en composición de alimentos”. Participaron en él 30 profesionales, investigadores y personal técnico de instituciones gubernamentales y educativas de las provincias de Córdoba, Mendoza, Chubut, Salta, Tucumán, Santiago del Estero, Buenos Aires y Jujuy, y también se contó con la presencia de investigadores de Bolivia y Chile.

El objetivo del encuentro fue capacitar profesionales que se encuentran trabajando en el tema, de manera que puedan actuar como multiplicadores de esta disciplina relacionada con la composición de alimentos.

Entre los resultados del taller se destaca la conformación del primer grupo de trabajo nacional, con profesionales experimentados y comprometidos con esta disciplina, muchos de ellos representantes de instituciones, hecho fundamental para asegurar la continuidad y la sostenibilidad de esta tarea.

Cabe destacar que estudiar la composición de los alimentos y actualizar las tablas no es una tarea sencilla y requiere el concurso de profesionales de diversas instituciones tanto privadas como nacionales, como así también del ámbito académico y de la industria.

Se estima finalizar este Proyecto en Diciembre de 2009. De allí en adelante, Argentina, Chile y Paraguay compartirán una base de datos actualizada, y dispondrán de tablas de composición de alimentos con información aplicable para resguardar y mejorar la salud de la población, y facilitar la tarea a la industria elaboradora de alimentos.

REUNIONES, PLANES, ENSAYOS Y CONCLUSIONES

Estudiar la composición de los alimentos y actualizar las tablas requiere el trabajo conjunto de profesionales de instituciones privadas y de organismos oficiales, como así también del ámbito académico y de la industria. El intercambio informativo y la voluntad de cooperación resultan esenciales, y se alimentan en el transcurso de las deliberaciones. El Proyecto ha recorrido ese tramo y sus integrantes protagonizaron varios y fructíferos encuentros.

- Agosto-Septiembre 2007: Identificación de los Consultores Nacionales del Proyecto.
- 25 al 29 de febrero 2008: 1er Taller Subregional sobre Planes de Muestreo, Tucumán.

- 3 y 4 de abril 2008: Reunión Nacional para la programación de las actividades del Proyecto. Buenos Aires.
- 14 al 18 de abril 2008: 2º Taller Subregional sobre compilación de datos, Chile.
- 23 al 25 de Junio 2008: 3er Taller Subregional sobre Organización de base de Datos, Paraguay. Junio a Septiembre 2008. Ronda de ensayos interlaboratorios.
- Agosto de 2008: Lanzamiento del Foro Virtual sobre “*Composición de los Alimentos*”.
- 13 al 24 de octubre 2008: Taller Nacional sobre “*Principios básicos para asegurar la generación y compilación de datos de buena calidad en composición de alimentos*”, Jujuy.