

# Comer “con la cabeza”

Los países de la Unión Europea y Noruega subrayan que la obesidad representa una amenaza crítica para la salud pública.



Hace tiempo que se considera la **nutrición** como un componente esencial de la promoción y el mantenimiento de la **salud**. En la actualidad, parece igualmente necesario el reconocimiento de la nutrición como un parámetro fundamental en el proceso de evaluación de los riesgos alimentarios.



Así al menos lo entienden las agencias nacionales de seguridad alimentaria y las instituciones relacionadas con la nutrición de los países de la Unión Europea y Noruega. En una declaración conjunta, realizada el pasado mes de enero, han alcanzado un acuerdo para abordar los que consideran algunos de los problemas más urgentes: la obesidad, sobre todo en la población infantil, la importancia de reducir el excesivo consumo de sal, y la necesidad de aumentar los niveles de ácido fólico en el organismo.

## Sobrepeso

Según la declaración, “**el sobrepeso y la obesidad** son, basándose en la evidencia científica, **una amenaza crítica para la salud pública** en toda Europa y se necesitan fuertes medidas para invertir la tendencia actual. Si no se adoptan iniciativas en materia de Salud Pública las consecuencias económicas y sociales podrían ser dramáticas: no se puede excluir, por ejemplo, que la siguiente generación tenga una esperanza de vida menor que la de sus padres”.

En virtud de esta situación, las agencias y las instituciones se comprometen a colaborar más estrechamente y tomar iniciativas para el desarrollo y la implementación de **políticas nutricionales a nivel nacional y europeo**. Se considera significativo también buscar actuaciones que incidan en el cambio de patrones de consumo, así como explorar formas diferentes de abordar el problema en los diferentes grupos objetivo, especialmente la **población infantil**. Por último, se hace un llamamiento a la industria alimentaria para, conjuntamente con ella, encontrar soluciones.

## Excesivo consumo de sal

El nivel de consumo de sal es, en la mayoría de los países, un asunto de gran importancia y, según las pautas científicas, debería ser reducido de manera considerable (se han marcado objetivos orientativos de una media de 8 g/día en Francia, 6 g/día en Gran Bretaña, Austria, Alemania, Bélgica y Dinamarca, 5 a 6 g/día en Suecia, 5 g/día en Noruega y Grecia, y 3 a 5 g/día en Finlandia).