

Nueva edición de «La Semana de la No Dulzura», que alerta sobre el consumo de azúcar

26/07/2021

La **tercera edición de la «semana de no dulzura»**, una campaña de bien público impulsada por nutricionistas, cocineros y otras instituciones, se realizará **desde el lunes 26 y hasta el viernes 31 de julio** con el objetivo de generar conciencia sobre la importancia de moderar el consumo de azúcar y promover la educación alimentaria para prevenir enfermedades. El lema de este año es «¡Azúcar oculto, al frente!», en apoyo a la implementación de la **Ley de Etiquetado Frontal de Alimentos** que busca proteger y garantizar el derecho a la salud y a la información de los consumidores.

Según estudios recientes, en la **Argentina se consumen 114 gramos de azúcar diarios por habitante, el triple de lo recomendado por la Organización Mundial de la Salud (OMS)** que va entre los 25 y 50 gramos.

Este exceso contribuye al crecimiento de la obesidad y las enfermedades crónicas no transmisibles (como la diabetes, el cáncer, las enfermedades cardiovasculares y enfermedades cerebrovasculares), que son la primera causa de muerte en el país, advierten los promotores de la Semana de la no dulzura.

Y señalan que **«más de la mitad de los productos que hoy están en góndolas contienen azúcar**, la cual está presente en productos impensados como por ejemplo pastas de dientes, pan de molde, salsas, aderezos, pizzas congeladas, entre otros».

Por eso, la **#semanadelaNoDulzura** apoya en 2021 la iniciativa del sistema gráfico de advertencias (octógonos negros) que busca visibilizar en los envases aquellos ingredientes críticos que en exceso resultan nocivos para la salud (como azúcar, grasas, sal o calorías) y le permiten al consumidor tomar decisiones de compra mejor informadas.

Al respecto, la **licenciada en Nutrición Antonella Robledo Irigoyen (MP 2151)**, una de las impulsoras de la «Semana De la No Dulzura», sostuvo que la Ley de Etiquetado Frontal que obtuvo dictamen es importante para moderar el consumo de azúcar y combatir la pandemia de la obesidad y agregó que «la ley está basada en los mejores estándares de salud pública y en evidencia científica libre de conflicto de interés».

«Esto es vital para ponerle un límite a la industria, que tiende a aprovechar los vacíos legales para promover alimentos no saludables, sin declarar si contienen azúcar, haciendo creer que un alimento es saludable cuando no lo es», sentenció.

Por su parte, la **cocinera argentina y embajadora de la cocina saludable, Narda Lepes**, también se sumó a la iniciativa y llamó a moderar el consumo.

«El azúcar oculto nos va atrofiando el paladar hasta que ya no podemos sentir y disfrutar el dulzor natural de una fruta. Tenemos que bajar nuestro consumo de azúcar, la que vemos y la que no vemos. No digo nunca nada, pero bajar la cantidad, todos», añadió.

Asimismo, el **fundador de Zafranito, una de las empresas que forma parte de la campaña, Nito Anello**, explicó: «Proteger a las infancias es uno de los objetivos de la Semana de la No Dulzura. Por eso, además de mandar el #AzucarOcultoAlFrente, en esta tercera edición se incentiva la elaboración de un proyecto sobre #EducaciónAlimentaria en los colegios, en el año que se promulgó Ley de Educación Ambiental, que tanto festejamos».

El consumo en exceso contribuye al crecimiento de la obesidad y las enfermedades crónicas no transmisibles.

La «Semana de la No Dulzura» tiene un alto componente educativo, propone **reeducar el paladar y repensar las costumbres**.

Por ello, la celebración coincide con la última semana de receso escolar en Ciudad Autónoma de Buenos Aires, la provincia de Buenos Aires, Jujuy, Santa Cruz, Santiago del Estero y Tierra del Fuego, cuando la población está permeable a probar nuevos hábitos.

Esta iniciativa comenzó a celebrarse en 2019 como un **contrapeso de la famosa semana de la dulzura, que promueve el consumo de golosinas y productos azucarados.**