



«Realmente si queremos 'mejorar la salud de las personas', ¿lo podremos conseguir únicamente con los 'miércoles de la fruta' y los 'impuestos castigadores' hacia las bebidas azucaradas y otros?».

## Los miércoles de la fruta

### Tribuna libre

Directora de la Comisión de Salud Pública de Charter100GC



Belén Alonso Ortiz

Las frutas y las verduras son componentes esenciales de una dieta saludable, y un consumo diario suficiente puede contribuir a la prevención de enfermedades importantes como las enfermedades cardiovasculares y algunos tipos de cáncer.

Hace unos años la campaña de publicidad titulada *Pezqueñines, no gracias (debes dejarlos crecer)* tuvo una gran repercusión mediática en España. Tal vez debería tomarse nota de esta y otras experiencias previas tan exitosas, y abandonar nuevas campañas de comunicación que ayuden a mejorar los hábitos de alimentación de la población general. Quizás un buen título para una futura campaña podría ser *Más frutas, sí gracias (debes comerlas mucho más)*.

No cabe duda que en nuestro país y especialmente en Canarias la obesidad, el tabaquismo, las relaciones sexuales sin protección, y el analfabetismo son sólo algunos de los males que aquejan a nuestra población. Si nos centramos únicamente en el proble-

ma de la obesidad, en nuestra Comunidad Autónoma varios estudios indican que el número de niños con sobrepeso y obesidad es superior a la media nacional.

El exceso o acúmulo de grasa en el cuerpo está claramente relacionado con un elevado índice del sedentarismo y de actividades de ocio pasivo, como ver la televisión o usar el ordenador y las consolas de videojuegos.

Algunos expertos en Economía de la Salud defienden que para mejorar los hábitos de vida y de alimentación en la población general son útiles medidas como el «impuesto especial» o «impuesto por la salud». Ciertamente, existen varios estudios científicos que demuestran cambios en el consumo de la población tras la introducción de este tipo de iniciativas.

Cataluña ha sido la primera Comunidad Autónoma en aplicar un impuesto especial a las bebidas azucaradas. El impuesto tiene dos tipos de penalizaciones, una de 8 céntimos por litro y otra ligeramente superior de 12 céntimos, según la cantidad de azúcar que contiene la bebida. No exenta de polémica se ha llevado a cabo esta experiencia que ha obtenido resultados inmediatos y en el corto plazo «positivos». Estos resultados demuestran

«El exceso o acúmulo de grasa en el cuerpo está claramente relacionado con un elevado índice de sedentarismo y de actividades de ocio pasivo»

que los usuarios han optado por cambiar el tipo de bebida que consumían de forma más o menos habitual.

Este impuesto especial según sus defensores no pretende ser de ninguna manera un impuesto recaudatorio. Sin embargo, no creo que a corto ni medio plazo la recaudación sea cero ni las bebidas azucaradas desaparezcan de la faz de la tierra. De hecho las grandes empresas del sector ya han iniciado nuevas campañas y promociones de productos «menos azucarados». Habrá que estar atentos al etiquetado de estos productos.

Llegados a este punto surge siempre el mismo debate *impuesto sí o impuesto no*. Muchos clínicos y expertos en nutrición se plantean muchas dudas, ¿por qué un impuesto a las bebidas azucaradas y no a otros productos como la bollería industrial, chocolates y productos precocinados? y ¿la denominada *comida basura* (hamburguesas, pizzas y otros) debería ser igualmente

penalizada? ¿podría ser que sólo estamos poniendo el *casabel* al problema de los malos hábitos alimenticios-obesidad con estas medidas dinerario-disuasorias? Entre tanto, tal vez la recaudación obtenida a través de estos *impuestos especiales* podría invertirse en campañas de comunicación y programas educativos dirigidos a los más jóvenes.

Otra cuestión que toma relevancia en el caso de las bebidas azucaradas es ¿por qué se toman tantos refrescos en nuestro entorno? Una respuesta fácil podría ser: «están buenos (sobretudo si se toman fríos), son baratos y además llenan el estómago». Estas respuestas aparentemente banales pueden cobrar fuerza en una unidad familiar con pocos o escasos recursos económicos. Así, a día de hoy comprar una bolsa de magdalenas resulta mucho más barato que comprar una bolsa de manzanas. Además 100 gr de magdalenas aportan más de 350 Kcal, mientras que 100 gr de manzanas apenas superan las 50 Kcal. A buen entendedor, pocas palabras bastan.

Surgen más reflexiones como la que sigue: ¿por qué algunos colegios celebran cada miércoles durante 13 semanas *el día de la fruta*? ¿No sería mucho más correcto y adecuado «celebrar» todos los días del

curso del año escolar el consumo de varias piezas de fruta?».

El estudio Aladino, realizado en los años 2013-2014 en nuestra Comunidad Autónoma, reveló que sólo el 4,2% de los niños encuestados tomaban una pieza de fruta o zumo natural como parte de su desayuno habitual. Esta iniciativa del miércoles es seguida también por varias cadenas de supermercados que celebra todos los miércoles *el día de la fruta y la verdura*. ¿Por qué no se premia, se bonifica o se rebaja directamente el precio de los productos frescos (frutas, verduras y hortalizas) que tantos beneficios aportan para la salud todos los días día de la semana?

El brócoli, declarado uno de los diez productos con más beneficios para la salud, resulta prohibitivo adquirirlo para muchas familias de nuestra Comunidad. ¿por qué no ponen una *bonificación o una bajada de precio* para poder tener acceso a este producto y a otros productos frescos?

Resulta muy llamativo que a pesar de disfrutar en nuestras islas de unas condiciones climatológicas excepcionales los datos de motorización en Canarias sean superiores a la media nacional (700 coches por mil habitantes frente a los 450). Mientras que en el norte de Europa donde el sol brilla por su ausencia, y los termómetros baten cifras récord *en negativo* el uso de la bicicleta sea tan elevado. Los ciudadanos de Copenhague vienen usando la bicicleta como medio de transporte para ir al trabajo desde el año 1880.

Fruto de esta preocupación el Parlamento de Canarias aprobó el pasado 4 de julio por unanimidad una proposición no de ley en la que se pedía al Gobierno canario un plan de fomento del uso de la bicicleta, centrado sobretudo en construir vías para las bicicletas, *ciclovia*s. ¿Por qué no se promueve *en positivo* desde la administración autonómica la compra de bicicletas mediante algún *descuento* o se incentiva de alguna *manera especial* el uso habitual de andar en bicicleta en la ciudadanía?

Para finalizar termino con dos preguntas: ¿por qué hay tanta obesidad en Canarias? Puede haber muchas razones, una de ellas puede ser que las rentas son más bajas que en otras comunidades de la península y que la cesta de la compra, especialmente la de los productos frescos sigue siendo de las más caras del país. Realmente si queremos «mejorar la salud de las personas» ¿lo podremos conseguir únicamente con los *miércoles de la fruta* y los *impuestos castigadores* hacia las bebidas azucaradas y otros? Creo que la respuesta es no. Nos queda mucho por cambiar, caminar y pedalear. ¡Feliz verano!