

DECLARACIÓN DE LA AMM SOBRE EL CONSUMO DE BEBIDAS AZUCARADAS Y DE AZÚCARES LIBRES

Adoptada por la 70ª Asamblea General de la AMM, Tbilisi, Georgia, Octubre 2019

INTRODUCCION

Las enfermedades no transmisibles (ENTs) son las causas principales de muerte en el mundo. Cada año 40 millones de personas mueren por ENT[1]. Las causas más comunes de estas enfermedades son una dieta mal equilibrada e inactividad física. Un alto nivel de consumo de azúcares libres ha sido asociado con las ENTs por su relación con la obesidad y una mala calidad de alimentación.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el consumo de azúcares libres que el fabricante, el cocinero o el consumidor agrega a los alimentos y bebidas, tiene como resultado un aporte de energía excesivo que a su vez puede llevar a cambios paralelos en el peso corporal.

La OMS define los azúcares libres como “toda azúcar agregada durante la fabricación y preparación de alimentos y también el azúcar presente en la miel, jarabes, jugos de fruta y concentrados de fruta”.

El azúcar esta disponible de manera generalizada y su consumo mundial a aumentado en cerca de 130 a 178 millones de toneladas en la última década⁴.

El exceso del consumo de azúcares libres, en particular en forma de bebidas azucaradas, amenaza la calidad de los nutrientes de la dieta al contribuir a la densidad energética general, pero sin agregar nutrientes específicos. Esto puede producir un aumento de peso no saludable e incrementa el riesgo de enfermedad dental, obesidad y ENTs. Las bebidas azucaradas se definen como todo tipo de bebidas que contienen azúcares libres (monosacáridos y disacáridos), incluidas las gaseosas, jugos de frutas o verduras y concentrados líquidos y en polvo, agua con sabor, bebidas energéticas y para deportistas, té y café listos para consumo y leche con sabor.

La Organización Mundial de la Salud recomienda disminuir el consumo de azúcar a un nivel que incluya 5% del aporte energético total (que corresponde a cerca de 6 cucharaditas diarias) y no exceder 10% del aporte de energía total[2].

La elasticidad de los precios de las bebidas azucaradas, según un metaanálisis publicado en EE.UU. es de -1,21, lo que significa que para cada 10% de aumento de precio de las bebidas azucaradas hay una disminución de 12.1% en el consumo. Un ejemplo de elasticidad de los precios que ha tenido buenos resultados es el de México, donde el consumo de bebidas azucaradas disminuyó después de aplicar un impuesto al azúcar.

Los datos y la experiencia de todo el mundo demuestran que un impuesto sobre el azúcar funciona mejor como parte de un conjunto integral de intervenciones para tratar la obesidad y las enfermedades crónicas relacionadas. Tales intervenciones incluyen regulaciones de publicidad de alimentos, etiquetado de alimentos, campañas educativas y subsidios para alimentos saludables.

RECOMENDACIONES

1. La Asociación Médica Mundial (AMM) y sus miembros constituyentes:

- Piden a los gobiernos nacionales disminuir la asequibilidad de bebidas sin azúcar y azucaradas por medio de un impuesto al azúcar. Los ingresos fiscales recaudados deben utilizarse para la promoción de la salud y los programas preventivos de salud pública destinados a reducir la obesidad y las ENTs en sus países.
- Instan a los fabricantes de alimentos a avisar claramente en las etiquetas si sus productos contienen azúcar e instan a los gobiernos a que dichas etiquetas sean obligatorias.
- Instan a los gobiernos a regular estrictamente la publicidad de los alimentos y bebidas que contienen azúcar dirigidos especialmente a los niños.
- Instan a los gobiernos nacionales a restringir las bebidas y productos azucaradas que tienen un alto concentrado de azúcares libres, en las instituciones educacionales y de salud y reemplazarlas por alternativas más saludables.

2. Los miembros constituyentes de la AMM y sus médicos miembros deben trabajar con las partes interesadas en el país para:

- Abogar por alimentos sostenibles sanos con un contenido de azúcares libres bajo 5% de todo el consumo de energía.
- Promocionar programas educativos de nutrición sobre cómo preparar comidas sanas con alimentos sin azúcar agregada.
- Iniciar o apoyar campañas sobre hábitos alimenticios saludables para disminuir el consumo de azúcar.
- Abogar por un enfoque intersectorial, multidisciplinario e integral para reducir el consumo de azúcares libres.

[1] [WHO Key Fact Sheet, June 2017](#)

[2] [WHO Guideline: Sugars Intake for Adults and Children 2015](#)