



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

FUNDAMENTOS

El consumo de las llamadas comidas rápidas ha experimentado un preocupante incremento en la sociedad. Esta famosa y difundida forma de alimentación, que consiste en la ingesta de una dieta alta en grasa, azúcar y alimentos procesados y ultraprocesados, en algunos casos, con agregados de conservantes y colorantes, ha merecido el mote popular de "comida chatarra".

El éxito del consumo de estos productos se basa en la celeridad en el servicio, la practicidad al momento de ser ingeridos, la accesibilidad en cuanto a costos y, al adentrarnos en las grandes cadenas de comercios de venta de "servicios rápidos de alimentación", nos encontramos con un enorme aparato publicitario, vistosos embalajes packaging, el ofrecimiento de obsequios a los consumidores merchandising fundamentalmente orientado al público infante-juvenil; y al patrocinio o auspicio de equipos y competencias deportivas sponsoreo.

La popular calificación de comida chatarra obedece a que la ingesta de este tipo de productos, tanto por sus ingredientes como por su preparación, tienen un valor nutritivo perjudicial que no contribuye al saludable desarrollo del cuerpo humano.

Por su estilo de elaboración, contienen gran cantidad de grasas saturadas, trans, sal, azúcar y una variedad de componentes químicos que cumplen varias funciones, entre otras, hacerlas sabrosas, con el consecuente peligro de adicción a ellas, y prolongar su conservación, incluso sin necesidad de refrigeración.

La mayoría de grasas saturadas son de origen animal, se caracterizan por permanecer en estado sólido a temperatura ambiente y se sostiene que elevan los niveles plasmáticos de colesterol asociado a las lipoproteínas LDL.

Las grasas insaturadas y poliinsaturadas son de origen vegetal, permanecen en estado líquido a temperatura ambiente y comúnmente se les conoce como aceites. Algunas contienen ácidos grasos que son nutrientes esenciales, ya que el organismo no puede fabricarlos y el único modo de conseguirlos es mediante ingestión directa. Reducen los niveles plasmáticos de colesterol asociado a las lipoproteínas LDL y elevan los niveles de lipoproteínas HDL, comúnmente llamado colesterol bueno.

Las grasas trans se obtienen a partir de la hidrogenización de los aceites vegetales, por lo cual pasan



Legislatura de la Provincia de Río Negro

de ser insaturadas a saturadas, por eso se llaman ácidos grasos trans. Son mucho más perjudiciales que las saturadas presentes en la naturaleza, dado que son altamente aterogénicas y pueden contribuir a elevar los niveles de lipoproteínas LDL y los triglicéridos, haciendo descender peligrosamente los niveles de lipoproteínas HDL. Este proceso químico de hidrogenización hace que las grasas trans adquieran estado sólido y textura. Un ejemplo típico de grasa trans es la margarina. Particularmente, este tipo de grasa es altamente nociva para la normal función cardíaca, y estudios médicos la asocian al desarrollo de ciertos tipos de cáncer y a la diabetes tipo II.

El cuerpo humano necesita energía para poder vivir, y la obtiene de los alimentos. Esa energía se mide en calorías, cuya necesidad de consumo varía en función de la edad y de la actividad que desarrolle. Las calorías necesarias deben provenir de una dieta saludable. A modo de ejemplo, podemos decir que un niño o niña de 5 años necesita consumir 1500 calorías por día. Si se lo lleva a comer a un local de "comidas rápidas", por ejemplo una hamburguesería, consumirá: Hamburguesa (600 cal.), papas fritas medianas (353 cal.), gaseosa mediana (145 cal.), helado o postre (200 cal.); en total 1298 calorías en un solo menú, muy cerca de las calorías necesarias por día. El resto de los alimentos que ingiera en el día, sin dudas, generará un excedente de calorías necesarias que se transformará en grasa en el cuerpo, haciéndolo proclive a la obesidad, tanto en edad temprana como en la adulta.

La Organización Mundial de la Salud concluyó, en un informe de comienzos de año, que la obesidad alcanzó proporciones epidémicas a nivel mundial y estimó que cada año mueren al menos 2,6 millones de personas a causa de patologías asociadas a esa enfermedad. La investigación descartó la antigua teoría que aseguraba que la obesidad era un problema exclusivo de países de altos ingresos y agregó que actualmente también acosa a naciones pobres o en vías de desarrollo. Respecto a los niños, agrega el informe que hay más de 42 millones de menores de cinco años con sobrepeso. La OMS destacó que la obesidad infantil es uno de los problemas más graves del siglo XXI en cuanto a salud pública. Estos chicos tienen mayor riesgo de padecer diabetes y enfermedades cardiovasculares a edades más tempranas. Estas afecciones pueden derivar en muerte prematura y discapacidad.

Numerosos estudios asocian la ingesta de grasas saturadas y grasas trans con la epidemia de obesidad, y las patologías asociadas a ella; y concluyen que la desregulación del mercado de consumo de "comidas rápidas" es un factor influyente. Según un estudio publicado en febrero de 2014 en el Boletín de la Organización Mundial de la Salud, los



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

gobiernos podrían frenar, e incluso revertir, la creciente epidemia de obesidad adoptando medidas para combatir el consumo de "comida rápida".

El estudio, realizado por un equipo de investigadores con sede en los Estados Unidos e Irlanda, es el primero en examinar los efectos de la desregulación de la economía, incluidos los sectores de la agricultura y alimentación, y el consiguiente aumento de las transacciones de "comida rápida", en la obesidad a lo largo del tiempo. El estudio sugiere que si los gobiernos toman medidas, pueden prevenir el sobrepeso y la obesidad, los cuales pueden tener consecuencias graves para la salud a largo plazo, como diabetes, enfermedades cardíacas, derrame cerebral y cáncer.

El Doctor Francesco Branca, Director del Departamento de Nutrición para la salud y el desarrollo en la OMS, manifestó: "Se necesitan políticas dirigidas a la alimentación y la nutrición desde varios sectores como la agricultura, la industria, la salud, el bienestar social y la educación. Los países donde la dieta está cambiando de una rica en cereales a una alta en grasa, azúcar y alimentos procesados, deben tomar medidas a fin de que el suministro de alimentos esté en consonancia con las necesidades de salud de la población".

Este estudio aporta medidas que los gobiernos podrían implementar con el objeto de disuadir a los consumidores, entre las que se encuentran la regulación más estricta de la publicidad de "comida rápida" y refrescos gasificados o no, especialmente la dirigida a los niños; y sistemas de etiquetado más eficaces, sobre todo para los alimentos ultraprocesados.

Así como otros productos advierten las consecuencias que puede aparejar su consumo, tales como "fumar es perjudicial para la salud" (con fotografías alusivas a las patologías asociadas al tabaquismo) o "beber con moderación" en los envases de bebidas alcohólicas, consideramos pertinente incorporar la información sobre las posibles derivaciones del consumo de "comida chatarra", en los lugares donde se comercialice lista para ingerir.

Por ello:

Autora: Susana Isabel Dieguez.



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

**LA LEGISLATURA DE LA PROVINCIA DE RIO NEGRO
SANCIONA CON FUERZA DE
LEY**

Artículo 1°.- Es objeto de la presente concientizar a la población sobre los riesgos que implica la ingesta frecuente de alimentos con altos contenidos de grasas saturadas y grasas trans, azúcares y sal adicionados.

Artículo 2°.- A los efectos de la presente, se encuentran alcanzados dentro del objeto especificado en el artículo precedente los siguientes alimentos: hamburguesas, salchichas tipo viena, frituras, pizzas y todo tipo de alimentos procesados, ultraprocesados y bebidas sin alcohol gasificadas o no, que se expendan en comercios o puestos ambulantes para su consumo in situ, y en las modalidades "para llevar" y "envío a domicilio". Dicha enumeración es meramente enunciativa pudiendo incorporarse otros alimentos elaborados con las mismas características nutricionales.

Artículo 3°.- Se establece que los comercios y puestos ambulantes que expendan este tipo de comidas, exhiban, en formato visible mediante cartelera y en el menú impreso, la siguiente leyenda: El consumo frecuente de este alimento puede provocar serios trastornos en la salud.

Artículo 4°.- Se establece que los comercios que vendan este tipo de comidas en la modalidad "al paso" o "para llevar" o mediante envío a domicilio, deberán tener impresa en la caja o envoltorio donde se provea el producto, la leyenda establecida en el artículo precedente.

Artículo 5°.- Es autoridad de aplicación de la presente el Ministerio de Salud.

Artículo 6°.- Se establece el régimen sancionatorio por incumplimiento a lo preceptuado en la presente:

- Primera infracción: Apercibimiento.
- Segunda a cuarta infracción inclusive: Multa equivalente a 1 (uno) a 3 (tres) Salarios Mínimo Vital y Móvil, establecido por el Consejo Nacional del Salario Mínimo, Vital y Móvil del ejercicio



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

inmediatamente anterior, aplicadas en forma progresiva a la cantidad de infracciones registradas.

- Quinta infracción y subsiguientes: Multa equivalente a 4 (cuatro) a 10 (diez) Salarios Mínimo Vital y Móvil, establecido por el Consejo Nacional del Salario Mínimo, Vital y Móvil del ejercicio inmediatamente anterior, aplicadas en forma progresiva a la cantidad de infracciones registradas y clausura.

Artículo 7°.- Invitase a los Municipios de la Provincia de Río Negro a adherir a la presente ley, y a suscribir los convenios correspondientes con la autoridad de aplicación.

Artículo 8°.- El Poder Ejecutivo reglamentará la presente en un plazo no mayor a 60 (sesenta) días.

Artículo 9°.- De forma.