

NOTA DE PRENSA

CONSUMO DE PRODUCTOS ULTRAPROCESADOS RELACIONADO A AUMENTO DE MORTALIDAD Y ADICCIÓN, REVELA COMPILACIÓN DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS

Ciudad de México, a 13 de enero de 2021.- Investigadoras del equipo de salud alimentaria de El Poder del Consumidor publicaron recientemente un artículo en la revista “La Mirada de la Academia” de la Universidad Iberoamericana titulado **“Productos ultraprocesados, el peligro de imitar alimentos saludables”** que resume los hallazgos científicos más recientes y la evidencia sobre la asociación entre el consumo de los productos ultraprocesados con el aumento de mortalidad y adicción que genera este tipo de productos. Las investigaciones revelan diversas afectaciones a la salud, por ejemplo; en niños consumidores se relacionan con alteraciones de los lípidos en sangre, en adolescentes con riesgo de síndrome metabólico y en adultos con el desarrollo de sobrepeso, obesidad, diabetes y cáncer que consecuentemente derivan en muertes por enfermedades crónico degenerativas asociadas al consumo de estos productos

Aproximadamente el 30% de la energía ingerida por los mexicanos proviene de productos ultraprocesados que, de acuerdo a diversos estudios científicos, se han identificado no solamente como adictivos, sino que además, atentan directamente contra la vida de sus consumidores. Los mecanismos que explican el aumento en el riesgo de mortalidad por el consumo de estos productos son: su alta carga glicémica y su reducida señalización de saciedad resultado de la alteración de propiedades físicas creadas para el procesamiento de los alimentos; la formación de cancerígenos durante las cocciones a altas temperaturas; la respuesta inflamatoria ligada a los aditivos presentes en los alimentos industrializados; la alteración de la microbiota intestinal y el aumento de la permeabilidad intestinal.

La evidencia científica ha demostrado que los productos ultraprocesados son hiperpalatables, cuasiadictivos y de baja calidad nutrimental, al mismo tiempo que imitan falsamente a las versiones saludables de los alimentos sustituyendo su consumo. El artículo compila los resultados de estudios que analizaron la hiperpalatabilidad de los productos ultraprocesados con su consumo excesivo y adicción, lo cual es un hecho preocupante dada su alta disponibilidad y la continua exposición de los consumidores a estrategias agresivas de mercadotecnia y publicidad que promueven un entorno social y un ambiente alimentario que representa un alto riesgo a la salud.

El artículo completo puede encontrarlo en: <https://ibero.mx/prensa/analisis-productos-ultraprocesados-el-peligro-de-imitar-alimentos-saludables>.