

# Acfiman: caraqueños consumen la mitad de las frutas y hortalizas recomendadas por la OMS

La Academia de Ciencias Físicas, Matemáticas y Naturales (Acfiman) informó el 15 de diciembre que los venezolanos de la Gran Caracas consumen al menos 197,9 gramos de frutas y hortalizas (FyH) por persona al día, menos de la mitad recomendada por la Organización Mundial de la Salud (400 gramos).

María Soledad Tapia, bióloga, investigadora y miembro de la Acfiman, reiteró en una nota de prensa que en la región capital la ingesta de alimentos es «insuficiente de micronutrientes (vitaminas y minerales), fibra y compuestos bioactivos benéficos no nutrientes, con posibles efectos perjudiciales en la nutrición y salud» por las restricciones socioeconómicas del país».

«Identificamos un ingreso insuficiente no sólo para FyH, pues es evidente que no alcanza para la canasta alimentaria en general», recordó Tapia, complementando la información del Centro de Documentación y Análisis Social de la Federación Venezolana de Maestros (Cendas-FVM), donde un venezolano necesita 140,3 salarios mínimos mensuales o 493,53 dólares para acceder a la canasta básica.

De una muestra de 1040 caraqueños consultada entre noviembre del 2022 y marzo del 2023, el 82 % respondió que consumen FyH en el hogar, siendo el único lugar donde ingieren esos productos, ya que el 87 % respondió que los menores de edad no tienen acceso a las FyH en las escuelas.

## Ingreso y consumo desigual

La investigación de la Acfiman arrojó que el 68 % de los encuestados tenían un ingreso menor a los 300 dólares. «Si estos son los resultados para el segmento medio-alto de la población de Caracas, preocupan los otros sectores de la población con condiciones menos ventajosas en términos de educación, ingresos y condiciones de vivienda», agregó Tapia.

El estatus socioeconómico fue el factor más determinante en el estudio, ya que aquellas personas con ingresos altos y con una

familia no mayor a cuatro integrantes podían consumir hasta 290 gramos de FyH diariamente, mientras que los hogares de ingresos menores a 100 dólares o con más de cuatro integrantes ingerían hasta 140 gramos de FyH por día. No obstante, ambos panoramas se encuentran por debajo de las recomendaciones de la salud pública mundial.

«En 42 % de los hogares encuestados, el gasto total mensual en FyH no superó los 30\$, por lo que solo podían consumir entre 30 y 154 gramos al día», se lee en el documento.

Además, el 7 % (73) de los encuestados afirmó que no podían comprar FyH, y de ese grupo, 55 respuestas provenían de los estratos socioeconómicos más deprimidos de la capital, ubicados en su mayoría en el municipio Libertador.

### **Sin variedad en FyH**

El estudio de la Acfiman también arrojó que más de la mitad de las familias caraqueñas no mantienen una dieta diversa cuando compran FyH, sino que se mantienen en los productos que ya conoce. «Preocupa la monotonía, que ya ha sido registrada en otros estudios. Algo no está funcionando», precisó Tapia.

La institución instó al Estado a diseñar «políticas que permitan reducir el costo de las frutas y hortalizas con medidas de incentivo a los productores, a los comercializadores y a los consumidores, e implementar educación nutricional y campañas de información oficiales sobre las bondades para la salud y la nutrición del consumo de FyH».

Para la academia la inseguridad alimentaria presente en el país desde el 2015 no se ha esfumado. Otras organizaciones, como la Comisión de los Derechos Humanos del estado Zulia, concluyeron también que más de la mitad de los hogares en Maracaibo y Cabimas tiene un ingreso mensual entre \$ 11 y 100.

### **Con información de Runrunes**