

Expertos advierten reducción en consumo de proteínas y aumento de carbohidratos en Venezuela

La antropóloga **Ocarina Castillo**, profesora de la Universidad Central de Venezuela (UCV) y directora del espacio «Antropología de los Sabores», ofreció un análisis profundo sobre la **resiliencia alimentaria en los hogares venezolanos**, destacando que esta se intenta mantener desde la escasez crítica de 2015-2016, aunque con muchas dificultades y sufrimiento.

Según Unión Radio, Castillo explicó que la problemática alimentaria en el país supera el aspecto nutricional, involucrando **patrones culturales, hábitos y memorias afectivas vinculadas a la comida**.

Resaltó el descenso en el consumo de proteínas y el **incremento en la ingesta de carbohidratos como pastas**, motivado por la necesidad de **satisfacer el hambre rápidamente**.

Sin embargo, señaló el **potencial desaprovechado de los tubérculos autóctonos** como una alternativa nutritiva y accesible.

La especialista relacionó esta realidad con la crisis económica del país, marcada por **salarios insuficientes, desempleo, inflación y altos precios**, que generan una inseguridad alimentaria persistente.

Aunque aseguró que **la situación no es tan dramática como durante la crisis alimentaria de 2015-2016**, enfatizó que **los venezolanos “ciertamente no comemos bien”**, apoyándose en estudios de organismos como Cendas, Cáritas, Encovi y el Observatorio de Alimentación, que evidencian la precariedad de las comidas cotidianas en los hogares.

Sobre posibles soluciones, la antropóloga señaló que **no existen remedios fáciles debido a la heterogeneidad y complejidad del problema**, definido por “muchas burbujas difíciles, diferentes y desiguales”.

Recalcó la necesidad de **implementar cambios macroeconómicos que mejoren el acceso a alimentos** y la trazabilidad de los productos, así como de impulsar una mayor educación alimentaria

para la población.

Finalmente, la antropóloga hizo un llamado a abordar la crisis desde una perspectiva integral, que combine políticas económicas efectivas con la promoción de una alimentación equilibrada y nutritiva, lamentando que **“tenemos una población muy desinformada” sobre la importancia de estos temas.**

Con información de VF