

INTERNATIONAL

# *Food Technology Summit*

Argentina 2011

18 de agosto - Hotel Hilton - BUENOS AIRES

2

## Alimentos Funcionales

SERGIO BRITOS

“Hacia una nutrición 2020 saludable”

Licenciado en Nutrición, Docente, Presidente del Comité Científico del XV Congreso Latinoamericano de Nutrición, Rosario 2012.

**Hacia una nutrición 2020 saludable**  
**El espacio de los alimentos funcionales**

**Sergio Britos**

# Buenas prácticas para una alimentación saludable de los argentinos

Sergio Britos  
Agustina Saravi  
Fernando Vilella

Sergio Britos - Agustina Saravi - Fernando Vilella - Buenas prácticas para una alimentación saludable de los argentinos



# **Programa de Buenas Prácticas Nutricionales (BPN): el marco teórico**

- ✓ **Cambios de paradigmas en el mundo, la economía y la nutrición**
- ✓ **Informe 2003 y Estrategia Global OMS 2004**
- ✓ **Segmentación de la situación nutricional (y social) en Argentina**
- ✓ **Avances e innovación en la industria**
- ✓ **Guías Alimentarias**

# **BPN: Hacia una alimentación saludable en la mesa de los argentinos**

**¿ cómo se conforma la Mesa de los argentinos ? ¿ cuáles son los nutrientes críticos ?**

**¿ cuáles son sus Brechas Alimentarias ? (categorías desagregadas de alimentos)**

**¿ cuáles son sus Brechas Nutricionales ? (mismas categorías de alimentos)**

**¿ cómo se segmenta la calidad nutricional de los alimentos disponibles ?**

**¿ hacia qué modelo de guías alimentarias avanzamos ?**



**1950: 10% (160 millones)**



**2010: 50% (3500 millones)**



**2050: 75% (6500 millones)**



1000 millones

1500 millones



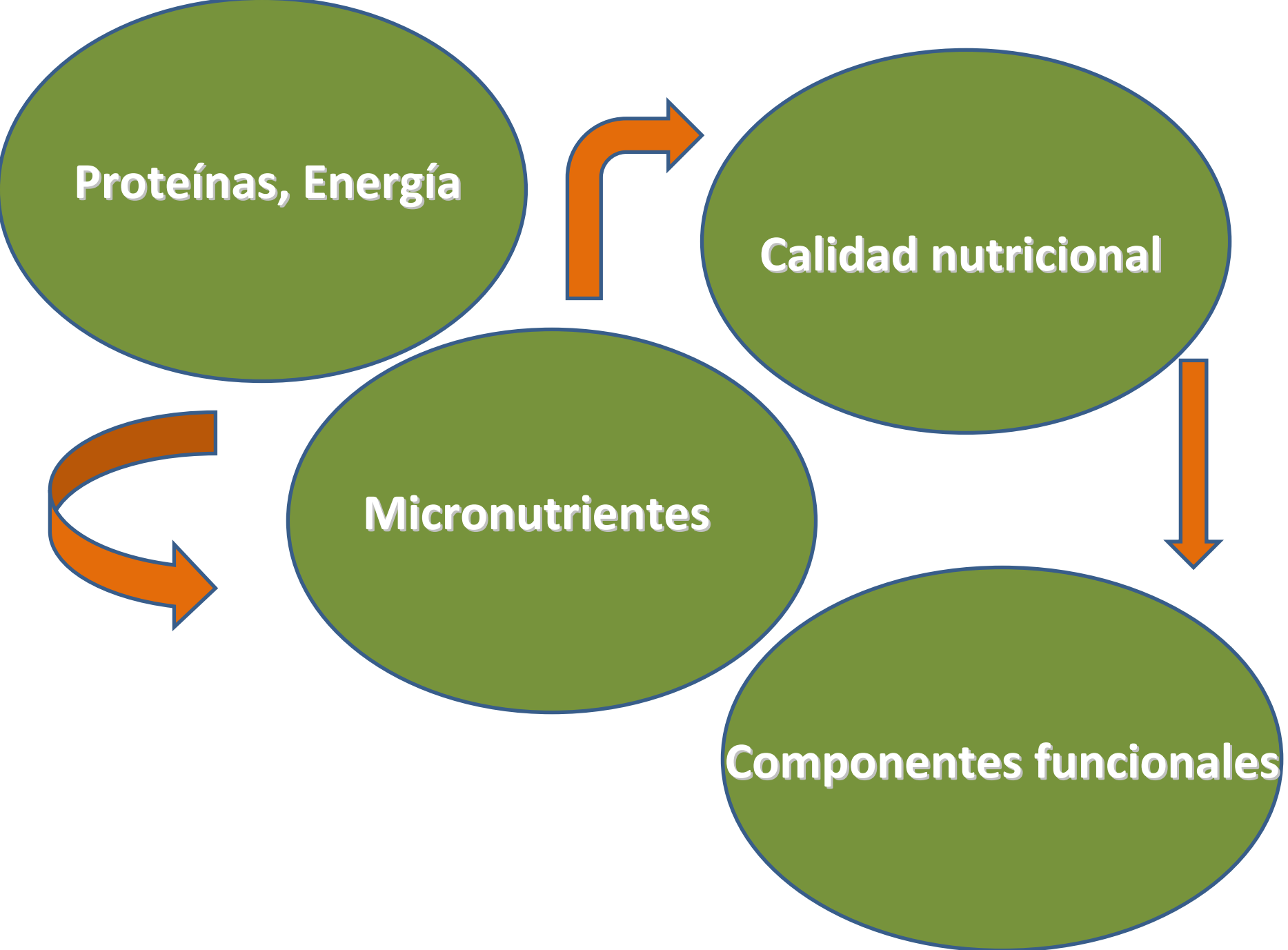


# Agronegocios en la Globalización



- ✓ **Influencia de los segmentos próximos al consumidor**
- ✓ **Cambios y segmentación de hábitos alimentarios (conveniencia, rapidez y moda / rescate de cultura alimentaria / seguridad alimentaria)**
- ✓ **Concentración de la industria en un contexto de heterogeneidad de productos pero homogeneidad culinaria**
- ✓ **Coordinación por contratos (plasticidad para responder a requerimientos cambiantes)**
- ✓ **Industrialización de la agricultura – redes (organización)**







WORLD HEALTH ORGANIZATION

# GLOBAL STRATEGY

## ON DIET, PHYSICAL ACTIVITY AND HEALTH



NUTRICIÓN

10

HambreCero

- ✓ calorías
- ✓ proteínas
- ✓ grasas saturadas
- ✓ sodio
- ✓ azúcares agregados

**Nutrientes  
en exceso**

# Nutrientes deficitarios

- ✓ hierro
- ✓ calcio
- ✓ vitamina A
- ✓ vitamina C
- ✓ fibra
- ✓ omega 3 y 9
- ✓ ácido fólico

- ✓ zinc
- ✓ vitamina D
- ✓ vitamina B12

**¿ quizá deficitarios ?**

**también ...**

- ✓ **alimentos complementarios**
- ✓ **desayunos escolares**
- ✓ **más oferta de mejor perfil nutricional en alimentos de consumo masivo (carne, lácteos, cereales elaborados, panificados, alimentos de altas calorías)**
- ✓ **alimentación social en áreas de difícil accesibilidad**



# **Sistemas de Perfiles Nutricionales**

**Evaluación y diferenciación de alimentos  
según su composición en nutrientes a limitar  
y promover**

# **Sistemas de Perfiles Nutricionales**

- **Estrategias de reformulación de productos**
- **Estrategias de Etiquetado Frontal**

# Sistemas de Perfiles Nutricionales

- ¿ cuáles nutrientes ?
- ¿ qué criterios ?
  - Scores / rankings (densidad de nutrientes)
  - Umbrales (Thresholds): mínimos y máximos (100 gr o porción)
- ¿ qué forma de presentación ?

# Sistemas de Perfiles Nutricionales


<b>Nutriente o componente</b>	<b>Umbral máximo</b>	<b>Umbral mínimo</b>
<b>Calorías</b>	<b>100 Kcal; 40 kcal</b>	
<b>Grasas</b>	<b>3 gr; 5 gr; 35% kcal</b>	
<b>Grasas saturadas</b>	<b>1,5 gr; 1 gr; 10% kcal</b>	
<b>Grasas trans</b>	<b>0,5 gr; 1% kcal</b>	
<b>Sodio</b>	<b>120 mg; 480 mg</b>	
<b>Nutrientes en déficit</b>		<b>5 o 10 % VD</b>
<b>Hortalizas y Frutas</b>		<b>½ porción</b>
<b>Granos enteros</b>		<b>8 gr</b>



**45**

**productos**

<b>Leche</b>	<b>2 vasos</b>
<b>Hortalizas</b>	<b>150 gramos</b>
<b>Frutas</b>	<b>1 fruta mediana</b>
<b>Cereales/Legumbres</b>	<b>100 gramos</b>
<b>Papa</b>	<b>100 gramos</b>
<b>Pan</b>	<b>50 gramos</b>
<b>Carnes</b>	<b>300 gramos</b>
<b>Aceites</b>	<b>20 cc</b>
<b>Azúcares</b>	<b>70 gramos</b>
<b>Bebidas azucaradas</b>	<b>2 vasos</b>



**Carne vacuna, pan, leche, papa, azúcar,  
tomate, cebolla, manzana, naranja,  
bebidas azucaradas**

**80 %**

# Guías Alimentarias como sendero de mejores prácticas nutricionales





# Usos de las Guías Alimentarias Argentinas

- ✓ Mensajes primarios y secundarios para la población
- ✓ Metas para las Políticas Públicas y las estrategias productivas de alimentos
- ✓ Recomendaciones para estrategias de Buenas Prácticas en la industria alimentaria

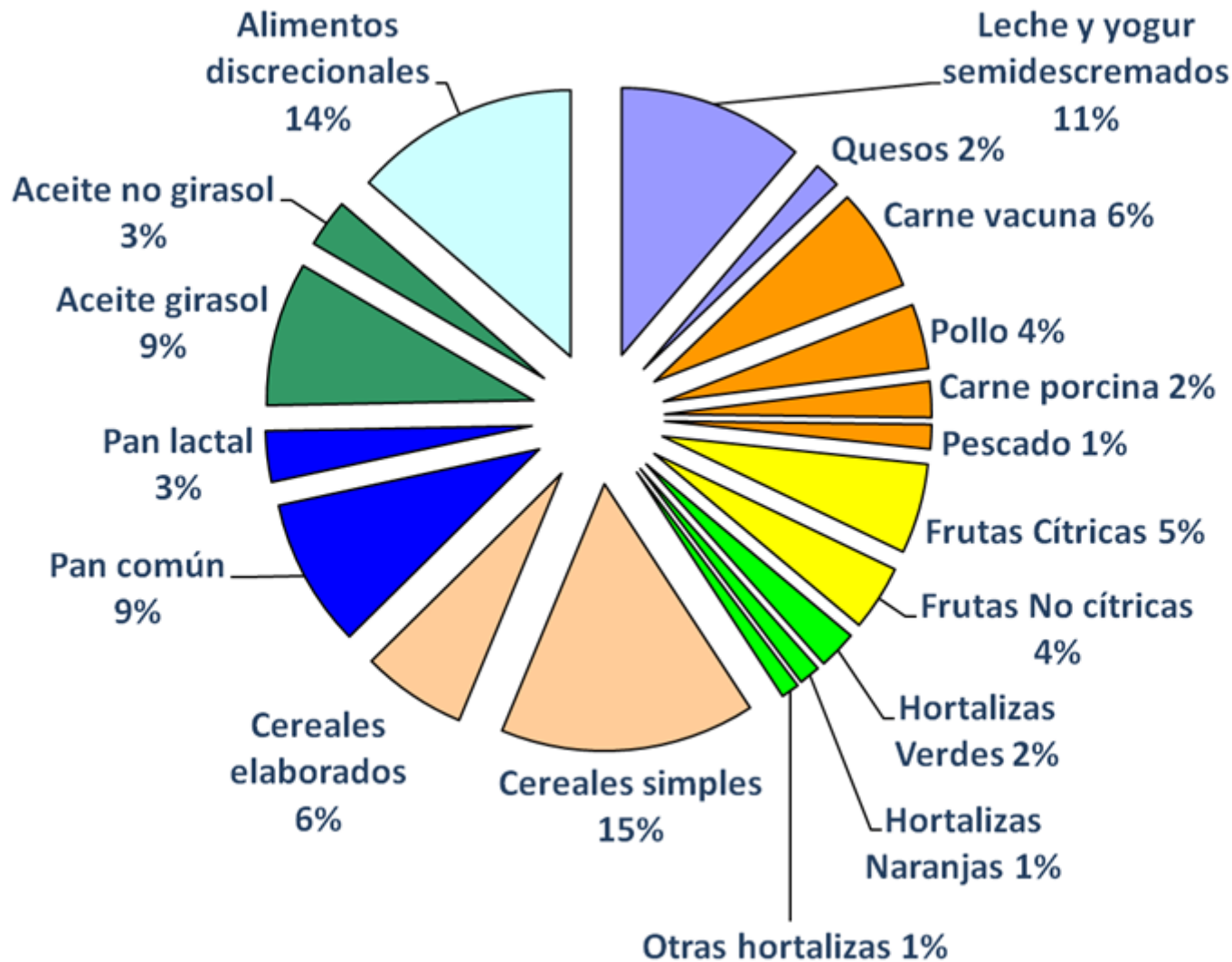
# **Camino hacia nuevas Guías Alimentarias Argentinas**

- ✓ **Nuevo perfil epidemiológico - Nutrientes críticos**
- ✓ **Consumo y estructura de la dieta argentina**
- ✓ **Perfil nutricional saludable de cada grupo y subgrupo**
- ✓ **Patrón alimentario saludable**
- ✓ **Brechas alimentarias**
- ✓ **Brechas nutricionales del consumo de cada categoría**

# Perfil Nutricional del consumo saludable

Categorías de Alimentos	Contenido por porción			
	Kcal	Grasas		Sodio
		Totales	Saturadas	
Leche, yogur y quesos	90	3	1,8	110
Hortalizas	24	0	0	23
Frutas	66	0	0	10
Pastas, cereales, harinas, legumbres y amiláceos	205	1	0,2	20
Pan	120	0	0	140
Carne magra	140	6	2,4	90
Aceites	117	13	1,7	0

# Patrón Alimentario Saludable



- ✓ Lácteos bajos grasas
- ✓ Carnes magras
- ✓ Hortalizas
- ✓ Frutas
- ✓ Cereales simples
- ✓ Aceites omega 3 y 9





- ✓ Cortes grasos carne vacuna
- ✓ Quesos altos grasas
- ✓ Leche entera
- ✓ Papa
- ✓ Pan
- ✓ Cereales elaborados
- ✓ Gaseosas y jugos
- ✓ Alimentos altas calorías

# Alimentos funcionales

**Aquellos alimentos que más allá de su perfil nutricional tienen efectos científicamente demostrados sobre alguna función biológica, sea para mejorar o promover la salud o disminuir el riesgo de enfermedad. Y que son consumidos en forma de alimentos, como parte de una dieta variada y en dosis efectivas**



# Alimentos funcionales

- ✓ **Alimentos naturales con propiedades funcionales**
- ✓ **Alimentos fortificados**
  - ✓ **para poblaciones con carencias**
  - ✓ **para consumo masivo**
- ✓ **Alimentos mejorados en su perfil de nutrientes en exceso**
- ✓ **Alimentos con agregados de componentes funcionales**

- ✓ **vitaminas / minerales**
- ✓ **fibra insoluble**
- ✓ **ácidos grasos omega 3 y 9,  
CLA**
- ✓ **fitoestrógenos (isoflavonas)**
- ✓ **fitoquímicos (esteroles,  
estanoles)**
- ✓ **probióticos**
- ✓ **prebióticos**

- ✓ **prevención de anemia**
- ✓ **salud ósea**
- ✓ **reducción de colesterol**
- ✓ **tránsito y microflora intestinal**
- ✓ **formación del tubo neural**
- ✓ **acción antioxidante**
- ✓ **salud mental**
- ✓ **prevención de caries**
- ✓ **prevención hipertensión**

- ✓ hortalizas (verdes, naranjas, cebollas, crucíferas, ajo)
- ✓ frutas (cítricos, frutos rojos)
- ✓ granos, cereales (avena)
- ✓ semillas (lino, girasol)
- ✓ aceites (oliva, canola)
- ✓ nueces
- ✓ pescados (atún, sardina, salmón)
- ✓ lácteos
- ✓ carnes
- ✓ soja
- ✓ huevos

# Nuevas Guías Alimentarias Argentinas

- ✓ **Tratamiento de la amplia diversidad comercial en el mercado de alimentos**
  - ✓ Identificar los alimentos que más se aproximen al perfil saludable (propio de cada categoría)
  - ✓ Promover (en los mensajes) alimentos con valor agregado por sus atributos funcionales

# **Nuevas Guías Alimentarias Argentinas**

- ✓ **Tratamiento de la amplia diversidad comercial en el mercado de alimentos**
- ✓ **Recomendaciones para la ingesta de agua y bebidas**
- ✓ **Recomendaciones para disminuir la ingesta de calorías de baja calidad (muy altas en la mesa de los argentinos)**

# **Nuevas Guías Alimentarias Argentinas**

**Planteen un marco científicamente válido que favorezca la innovación en mejores prácticas nutricionales (diversidad, calidad nutricional, funcionalidad) y las promueva, a través de sus mensajes, a la población**



**Patrón alimentario habitual**

**Patrón alimentario saludable**

**Innovación en la industria**

**Accesibilidad**



INTERNATIONAL

# *Food Technology Summit*

Argentina 2011

18 de agosto - Hotel Hilton - BUENOS AIRES

1

“El Top Ten en Tendencias de Salud y Bienestar”

2

“Hacia una nutrición 2020 saludable”

3

“Tendencias en Marketing de Alimentos y Bebidas”

4

“Investigación y Desarrollo:  
desafíos en la creación de nuevos productos”