



EL IMPACTO DE LA INFLACIÓN EN LA ALIMENTACIÓN

los alimentos saludables cada vez más lejos del alcance

La inflación es el aumento generalizado y sostenido de los precios de los bienes y servicios en un país durante un periodo de tiempo, disminuyendo el poder adquisitivo de la moneda.

Causas de la reciente inflación mundial

- 🚫 Cambios en la demanda de los consumidores tras la pandemia
- 🚫 Aumento de los precios internacionales del petróleo
- 🚫 Crisis global de contenedores
- 🚫 Conflicto bélico en Ucrania
- 🚫 Escasez de materias primas y fertilizantes

Tasa de inflación en América Latina



Fuente: <https://www.imf.org/en/Publications/WEO/Data-Database/2022/October>



La inflación y los altos precios de los alimentos pueden tener graves consecuencias en la seguridad alimentaria, la salud y la economía de un país. A continuación se detallan algunos de los posibles efectos negativos:

- 🚫 Aumento de la pobreza y la inseguridad alimentaria
- 🚫 Disminución de la calidad de los alimentos
- 🚫 Escasez de alimentos
- 🚫 Mayor dependencia de las importaciones



El costo elevado de los alimentos nutritivos es un factor que contribuye a la malnutrición global y a la adopción de dietas poco saludables, tanto en países en desarrollo como en aquellos con economías medias y altas. Una dieta deficiente puede tener una variedad de **efectos negativos en la salud**, además de tener varios **problemas económicos** a corto y largo plazo:

EFFECTOS NEGATIVOS EN LA SALUD

DESNUTRICIÓN

Si la dieta no proporciona los nutrientes esenciales produce desnutrición.

OBESIDAD

La falta de acceso a alimentos saludables lleva a una dieta rica en alimentos procesados.

TRASTORNOS DIGESTIVOS

Una dieta deficiente también puede provocar trastornos digestivos.



PROBLEMAS DENTALES

Falta de alimentos con calcio y vitamina D provoca problemas dentales y debilidad ósea.

DEFICIENCIAS VITAMÍNICAS

La falta de acceso a alimentos saludables puede provocar deficiencias vitamínicas.

ANEMIA

La falta de hierro en la dieta puede provocar anemia.

PROBLEMAS ECONÓMICOS A CORTO Y LARGO PLAZO

COSTOS DE ATENCIÓN MÉDICA

Lleva a problemas de salud crónicos, lo que puede aumentar los costos de atención médica a largo plazo.

PÉRDIDA DE PRODUCTIVIDAD

Los problemas de salud relacionados con una dieta deficiente afecta la capacidad de una persona para trabajar de manera efectiva.

PÉRDIDA DE INGRESOS

La dificultad para poder acceder a alimentos caros reduce la capacidad para satisfacer otras necesidades básicas.

DESIGUALDADES ECONÓMICAS

Personas con menos recursos económicos tienen menos opciones de alimentos saludables. Esto agrava la brecha de ingresos.



Aunque los tiempos de crisis económica pueden hacer que sea más difícil acceder a alimentos saludables, hay estrategias que las personas pueden utilizar: **la planificación de comidas**, **la compra a granel**, **la cocina en casa**, **la búsqueda de opciones de alimentos de bajo costo**. Además, para mitigar el impacto de la inflación en la nutrición de las personas, es importante que **los gobiernos tomen medidas para controlar la inflación y garantizar el acceso a alimentos nutritivos y asequibles**.

Elaboración: Jesús Manuel Noriega Maldonado

CiNTeB

Ciencia Nutrición Terapéutica Bioética