

OMS lanza campaña mundial para aumentar el consumo de frutas y vegetales

Publicado el: 29-11-2017

Siguiendo la máxima de "Una manzana por día, mantiene al médico alejado", la Organización Mundial de la Salud (OMS) lanzó una campaña mundial para favorecer el consumo de frutas y vegetales a fin de salvar vidas. Pekka Puska, director de la división de prevención y control de enfermedades no transmisibles de la OMS afirmó en Río de Janeiro, donde se lanzó la iniciativa, que una dieta rica en frutas y vegetales podría salvar hasta 2,7 millones de vidas al año en el mundo.

La OMS y la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) realizarán un trabajo conjunto en un programa destinado a promover esta dieta, y con ello, prevenir las enfermedades cardiovasculares y ciertos tipos de cáncer. Puska dijo que además de los beneficios nutricionales para la población, la medida debe estimular la agricultura de los países que cultivan frutas y vegetales, especialmente los que están en desarrollo. "Es una situación de "ganar y ganar", resaltó Puska, dejando en claro que los países productores no sólo deben poder exportar sino tener fácil acceso a sus productos para el consumo local.

El Brasil tropical, donde se cultivan muchas frutas exóticas, y Carmen Miranda, la estrella de cine de la década de 1940 con su sombrero de frutas, no fueron elegidos en vano como el símbolo del anuncio. "Brasil es un gran ejemplo, el país es muy importante debido a su clima y potencial para producir frutas y vegetales", comentó Puska. El programa debe ayudar a los países pobres a establecer una cadena de producción, desde el cultivo hasta el almacenamiento.

Las estimaciones de la OMS revelan que el consumo bajo de frutas y vegetales es el responsable del 31 por ciento de las cardiopatías, al menos el 19 por ciento del cáncer gastrointestinal y el 11 por ciento de los accidentes cerebrovasculares. Asimismo, un documento conjunto de la OMS y la FAO (Organización de la ONU para la Alimentación y la Agricultura) reveló que un consumo mínimo diario de 400 gramos de fruta y vegetales ayuda a prevenir la cardiopatía, la diabetes y la obesidad.

Fuente: <https://netsaluti.com>