



Día Mundial de la Alimentación "Cultivar, nutrir, preservar. Juntos".

Objetivo.

Al finalizar la sesión los participantes conocerán cómo pueden llevar una mejor alimentación que contribuya al cuidado de su salud, aprovechando al máximo los recursos con que cuenta.

Justificación.

El Día Mundial de la Alimentación se celebra cada 16 de octubre para concientizar a la población sobre la problemática que representa alimentar a una población que crece día a día y poder luchar contra la desnutrición, el hambre, la pobreza, el sobrepeso y la obesidad en la sociedad actual.

Desarrollo del tema.

El objetivo del Día Mundial de la Alimentación es sensibilizar a todos ante un tema particular. En el 2020, debido a los acontecimientos generados por la pandemia de COVID-19, se considera que es esencial la solidaridad mundial para que la población tenga acceso a una alimentación más sana, variada y completa mediante sistemas alimentarios sustentables capaces de satisfacer las demandas de alimentos ante cualquier crisis.

Para hacer frente a esta situación, la FAO pide: mejores incentivos para los productores agrícolas del mundo; etiquetas alimentarias más completas y fáciles de entender y publicidad responsable para ayudar a los consumidores a elegir dietas más saludables, además de un comercio sostenible con normas claras y justas para todos.

Esto será posible con el apoyo de todos los sectores: gobierno, empresas, productores, investigadores y el consumidor final, quien tendrá la posibilidad de elegir alimentos variados frescos y sanos de acuerdo al Plato del Bien Comer, para mantener una buena salud y un peso acorde a cada edad y con ello disminuir los riesgos de contraer enfermedades.



Lectura de etiquetas: Norma Oficial Mexicana NOM 030-SCFI-2006, información comercial-Declaración de cantidad en la etiqueta-Especificaciones.

Contribuye a que el consumidor identifique claramente en la etiqueta de productos preenvasados:

- Contenido.
- Contenido neto.
- Masa drenada.

Además, contribuye a:

- Establecer sin dificultad la relación entre la cantidad del producto y el precio.
- Cuida su presupuesto, al identificar fácilmente lo que le ofrecen los productos.
- Tomar mejores decisiones de compra.



Pronunciamiento del Consejo Nacional de Salud respecto del Etiquetado de Alimentos e Insumos:

Este etiquetado deberá comunicar de manera explícita la cantidad de:

- Azúcares.
- Grasas.
- Sodio.
- Y calorías.

Esto ayudará a que el consumidor conozca, analice y tome mejores decisiones que contribuyan a disminuir los

problemas de sobrepeso, obesidad, y las complicaciones de enfermedades como la diabetes.



Buen Fin.

Después

- Guarda las facturas, tickets o notas de compra, servirán para hacer válidas las garantías, o en caso de tener que poner una queja ante Profeco.
- Lee y ten a la mano el manual de usuario del producto que compraste, así le sacarás el máximo provecho.
- Si compraste a meses sin intereses, verifica tus estados de cuenta, deberán aparecer los pagos acordados por el producto que adquiriste.



Planear para tener y no gastar de más, uso eficiente del aguinaldo.

- Antes de comprar compara precios, infórmate y contrasta la calidad de los artículos.
- Adquiere en lugares establecidos, solicita el comprobante de compra o factura y conserva estos documentos, son indispensables para hacer válida una garantía o para realizar una reclamación.
- Lee siempre las etiquetas de los productos que adquieras para saber lo que



ECONOMÍA
SECRETARÍA DE ECONOMÍA

PROFECO
PROCURADURÍA FEDERAL
DEL CONSUMIDOR

realmente estás comprando.

- Asegúrate de que podrás pagar sin contratiempos, sobre todo en compras a crédito.
- Analiza a fondo lo que anuncian, recuerda que la temporada navideña y de fin de año son las más socorridas para promover toda clase de productos y servicios.



Conclusión.

Profeco en su tarea de impulsar acciones educativas proporciona la información necesaria para que el consumidor tome decisiones de compra de manera reflexiva y crítica que contribuyan a mantener su salud y estabilidad económica. Recuerda nuestro consejo: ¡Regala afecto, no lo compres!



Videos recomendados:

- FAO ¡Una alimentación sana para lograr un mundo #HambreCero!
<https://www.youtube.com/watch?v=7tE4pyWIEjA>
- FAO Día Mundial de la Alimentación 2019.
<https://www.youtube.com/watch?v=9Oxn8wnIFIO>
- Imagen Entretenimiento. Esto es lo que debes saber sobre el nuevo etiquetado en México.
https://www.youtube.com/watch?v=2H_t-YqlwAI
- Condufef. Cuida tu aguinaldo; ¿Qué hacer con el aguinaldo?
<https://www.youtube.com/watch?v=Oqzs7GGpD-o>
- LavaUp. Cómo administrar tu aguinaldo #MoneyNinja
<https://www.youtube.com/watch?v=ArBeFaJoApc>

BIBLIOGRAFÍA.

Comité de expertos académicos nacionales del etiquetado frontal de alimentos y bebidas no alcohólicas para una mejor salud. 2018. Sistema de etiquetado frontal de alimentos y bebidas para México: una estrategia para la toma de decisiones saludables. Recuperado de:
https://saludpublica.mx/index.php/spm/article/view/9615/11536?__cf_chl_jschl_tk__=b05f548c27c807adc53fdea6e41be8a204af8382-1607353268-0-AQbIM7A9n5DKm7SmFt0lo6MPZ5KETa2Yz8Le2Swo4g07bbfi5cD86TzINyO17r1KqLQLmB5Feb3kd8hAeVfK9jIOx5B5CXoPH7usawKt4kHV7ytZagQfSmwwX8HTr05MLyqtXCKLTFu_Ng3yZvI2EPKsFgsYmzejM-B4WOZ4eIMhQa3TC5VWo14Ql5dIO1BLUJIC434ZVlvj1K6BiUtGAn9-sOMvym7E0oc30vq-CGqe1HeJfFhEX7AIRgMlvFqExwQ4mUZJ6ildcKktgT MWM024hbUqKcif3IboznwBagWlQ6bmkFfUaV8QmbQrTdOYEITHuWHfplkRCXfsDrX6Jv-5awnzX0swZc_m5Kkv7LLe

Consejo Nacional de Salud. 24 Octubre 2019. Pronunciamiento del Consejo Nacional de Salud respecto del Etiquetado de Alimentos e Insumos. Recuperado de:
<https://salud.cdmx.gob.mx/comunicacion/nota/pronunciamiento-del-consejo-nacional-de-salud-respecto-del-etiquetado-de-alimentos-e-insumos>

Diario Oficial de la Federación. 6 de noviembre de 2016. NORMA Oficial Mexicana NOM-030-SCFI-2006, Información comercial-Declaración de cantidad en la etiqueta-Especificaciones. Recuperado de:
http://diariooficial.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=4936602&fecha=06/11/2006

El Economista. Noviembre de 2019. Consejos de la Condufef para los consumidores de El Buen Fin 2019. Recuperado de:
<https://www.eleconomista.com.mx/empresas/Consejos-de-la-Condufef-para-los-consumidores-de-El-Buen-Fin-2019-20191025-0035.html>

FAO. Día Mundial de la Alimentación: son necesarias medidas más contundentes para que todos tengan a su alcance dietas saludables y sostenibles. Recuperado de:
<http://www.fao.org/news/story/es/item/1238825/icode/>

Iniciativa que reforma los Artículos 87 de la Ley Federal del Trabajo y 58 de la Ley del Seguro Social, a cargo de la Dip. Delia Guerrero Coronado. Recuperado de:
http://sil.gobernacion.gob.mx/Archivos/Documentos/2017/04/sun_3534174_20170427_1487029121.pdf

Norma Oficial Mexicana NOM-043-SSA2-2005, Servicios básicos de salud. Promoción y educación para la salud en materia alimentaria. Criterios para brindar orientación. Recuperado de:
<http://www.salud.gob.mx/unidades/cdi/nom/compi/043ssa205.pdf>

Secretaría de Salud. 2018. Enfermedades no transmisibles situación y propuestas de acción: una perspectiva desde la experiencia de México. Recuperado de:
https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/416454/Enfermedades_No_Transmisibles_ebook.pdf



ECONOMÍA

SECRETARÍA DE ECONOMÍA

PROFECO

PROCURADURÍA FEDERAL
DEL CONSUMIDOR