



ABEL MARÍN, PROFESOR EMÉRITO DE NUTRICIÓN Y BROMATOLOGÍA, FACULTAD DE FARMACIA. CAMPUS DE LA ALIMENTACIÓN. UB

Tendencias actuales y futuro de la alimentación

En nuestro mundo hay dos sistemas alimentarios: el de los que pueden elegir qué, cuánto y cuando comen, y el de los que no lo pueden hacer. En el primer caso, la alimentación es un acto libre, condicionado por el entorno material y cultural. En el segundo, no.

La falta de recursos determina que lo primordial es subsistir y, por lo tanto, no ha lugar a muchas tendencias. El hambre, o, por lo menos, la malnutrición, presentes en muchas zonas de la Tierra, mantienen vigente la frase de Josué de Castro: "una mitad de la humanidad no duerme porque tiene hambre y la otra mitad no duerme porque tiene miedo de los que

tienen hambre". Esta lacra no sólo preocupa a los organismos internacionales y a las organizaciones no gubernamentales, sino también al mundo empresarial, que en el Fórum Económico Mundial de Davos de 2014 acordó que los compromisos de la Cumbre "Nutrición para el crecimiento", celebrada en Londres en 2013, se integrarían en la SUN-Scaling Up Nutrition-Business Network (Red de empresas para mejorar la nutrición), una plataforma global de empresas y organismos orientada a mejorar la alimentación y vencer al hambre mediante los negocios y la ciencia. Excelente decisión que esperamos tenga resultado, no sólo en el "lejano tercer mundo", sino en el "cuarto mundo" que tenemos en nuestro entorno.

Al otro lado estamos los que podemos elegir la comida y permitírnos tendencias. Hace unos años, las perspectivas de futuro ponían el acento en las innovaciones tec-

Se parte del error de que los alimentos 'de antes' eran mejores, y en general no es así

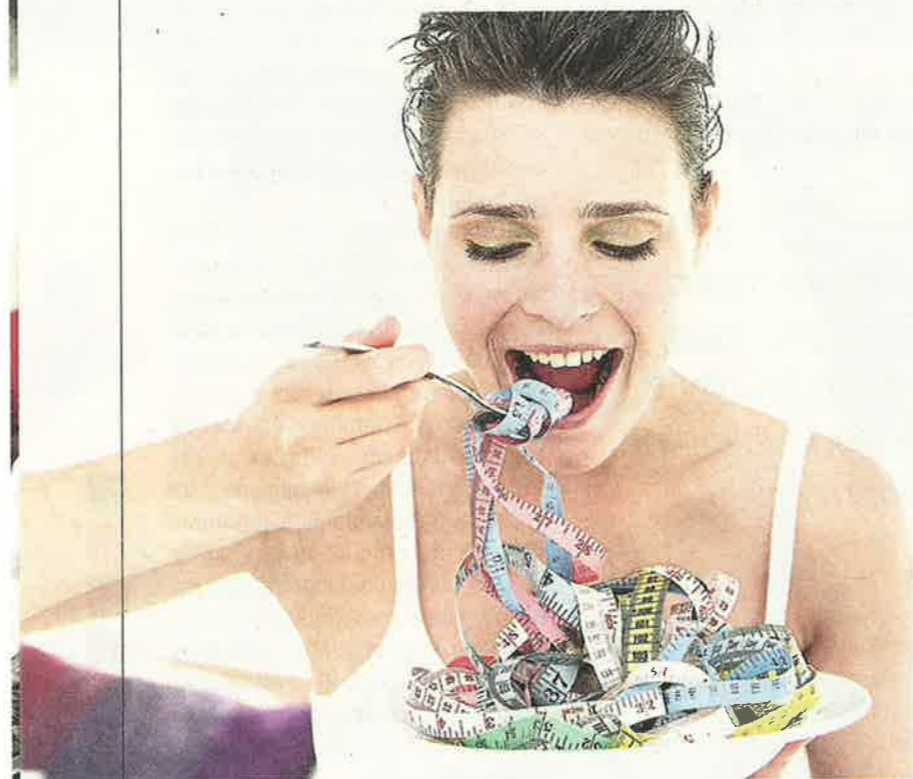
nológicas tendentes a mejorar la calidad, la estabilidad, la diversidad y la facilidad de consumo de los productos alimenticios. En este sentido hoy podríamos citar, por ejemplo, las posibilidades de la impresión en 3D (fabricación de objetos tridimensionales mediante la adición de capas). Como afirma Pere Castells, experto en ciencia y cocina, esta *fabricación digital* abre nuevos caminos a la gastronomía personalizada. La importancia de la gastronomía y los grandes cocineros influye en el diseño de productos. Otra tendencia la ilustra Rory Hyde, en la publicación "El Mundo en 2016" de *The Economist*, al citar el diseño de un restaurante sólo con mesas individuales. Cada vez hay más personas que viven solas y deben vencer el tabú social de comer también solas en un lugar público, en el bien entendido que la soledad no favorece una buena alimentación.

No obstante, el gran condicionante actual de las tendencias en alimentación del mundo desarrollado no es tanto la innovación tecnológica como la preocupación por la salud, estar en forma y no envejecer. Las decisiones de los ciudadanos al respecto no siempre obedecen a la racionalidad científica sino a una percepción emocional, que suele desconfiar de las nuevas tecnologías, necesarias para

alimentar el mundo, buscando lo *natural*, término desvirtuado, que ha acabado por significar lo que cada uno entiende que significa. Se parte del error de que los alimentos "de antes" eran mejores, a pesar de que esto no es así, por lo menos con carácter general. Nunca nuestros alimentos fueron tan seguros como en la actualidad, pero muchos no lo creen y están más dispuestos a confiar en productos exóticos o dietas alternativas, que tienen cosas buenas y originales, pero las originales no son buenas y las buenas no son originales. Se ha dicho que "somos lo que comemos", y también que "somos lo que desechamos", por la tendencia negativa a despilfarrar alimentos en buenas condiciones. Este mes de abril, Navjyot Lather, en *The British Medical Journal*, añade que "somos lo que leemos", a lo que podemos añadir lo que oímos por la radio o vemos por la televisión, y los mensajes no siempre son correctos. Sirva como ejemplo la

Muchas tendencias actuales no se basan ni en la racionalidad ni en la ciencia

decisión de comer "sin gluten" o "sin lactosa" por parte de personas que no son celíacas ni intolerantes a la lactosa, con lo cual acaban ingiriendo productos más caros y alimentándose incorrectamente, o la desequilibrada dieta paleolítica. Ciertas novedades, además, pueden comportar problemas inesperados, como el que afecta a la quinua. Este alimento tradicional de la zona andina ha sido adoptado por consumidores occidentales que buscan productos *nuevos*, con lo cual su precio ha aumentado y los consumidores sudamericanos de bajo poder adquisitivo se pueden ver privados de un alimento básico. Muchas tendencias actuales en alimentación no se basan en la racionalidad y en la ciencia, lo cual no augura un futuro saludable para los que las siguen.



LA PREOCUPACIÓN POR LA SALUD, ESTAR EN FORMA Y NO ENVEJECER SON LAS TENDENCIAS ACTUALES