



COMUNICADO DE PRENSA

028

Octubre 12 de 2017

EL MEXICANO CONSUME 60% DE COMIDA PROCESADA Y COMER AMARANTO ABATIRÍA OBESIDAD Y DIABETES: CHAPINGO

(CODICS).- Con el apoyo de productores de 8 estados de la República investigadores, el Inifap y procesadores del cultivo, la Universidad Autónoma Chapingo, decretó el 15 de Octubre como Día Nacional del Amaranto ante las deficiencias nutricionales del mexicano quien tiene una ingesta diaria del 60% de comida procesada de ahí la pandemia de Obesidad y Diabetes que padecemos “por ser, cada mexicano, un laboratorio de la industria alimenticia” cuando el amaranto resolvería estos problemas de salud pública ya que tiene un valor protéico del 64% y un valor biológico del .96%.

En el marco del Tercer Foro Campesino de la XXII Feria de la Cultura Rural, el Rector de esta casa de estudios, Sergio Barrales Domínguez, sostuvo que el decreto se otorga en el marco Día Mundial de la Alimentación a celebrarse el próximo 16 de octubre y debido a que el amaranto no contamina el medio ambiente en su proceso de producción y en cambio sí es un alimento con valores nutricionales sin comparación capaz de atender problemas de anemia, raquitismo, obesidad, diabetes tipo 2, anorexia, bulimia y descalcificación.

Considerando que existen más de 114 especies del género amaranto, en grano y en verde, los participantes al encuentro rural: “Por el Futuro del Amaranto en México”, se pronunciaron por hacer del “amaranto, pueblo” pues este semicereal tiene 64 por ciento de proteína mientras que el maíz aporta un 9 por ciento, el arroz un 7.5 por ciento y el frijol un 17 por ciento, lo que indica el porqué, durante la Conquista Española se prohibió y penalizó su consumo entre los grupos originarios y los guerreros.

Actualmente, indicó el Rector de la Universidad Autónoma Chapingo, Sergio Barrales Domínguez, es un alimento poco conocido entre los mexicanos por lo que “nos estamos durmiendo al no incorporarlo en la alimentación diaria” ya que se trata de una planta originaria del país y reclama una política pública de Estado para su cultivo y consumo.

Tehuantepec no. 102, Desp. 2, segundo piso, Col. Roma Sur, C.P. 06760, México, D.F.

Tel. 01 (55) 5584 4062

www.codics.com.mx

En su ponencia, denominada “La Importancia del Amaranto en la Alimentación Humana”, el también productor de esta planta en el estado de Tlaxcala, consideró que con el impulso del monocultivo en México se le cambió la mentalidad al agricultor pues perdió la idea de que su actividad es fuente de alimento y no de comida como actualmente lo cree.

Lamentó que apenas sean 7 mil las hectáreas que producen amaranto en el país derivado del desplazamiento que le genera el mercado a este alimento cuyos familiares directos son los quelites y el huazontle, difíciles de encontrar y consumir en zonas urbanas.

Indicó que mientras no exista una política pública que impulse una alimentación sana “este Gobierno ni los que vienen tendrán el suficiente dinero para atender los problemas de salud y sólo accederá a los servicios médicos el que tenga dinero...considerando la deshumanización de los servicios médicos donde el enfermarse es un problema muy grave para el mexicano”

Por su parte, Roberto Bernal Muñoz, del Instituto Tecnológico del Altiplano de Oaxaca, dijo que es necesario seguir trabajando en el mejoramiento genético de esta planta para que sea parte de la dieta del mexicano.

A su vez, Eduardo Espitia Rangel, del INIFAP, Valle de México, recomendó no consumir el amaranto en dulce como se conoce en la presentación de “alegrías” si éstas están elaboradas con azúcar porque ello eleva el consumo de carbohidratos.

Sin embargo, agregó, hay otras formas de consumo como alegría con miel, con miel de agave y stevia, en el Sushi con amaranto reventado, en crema, en ensaladas o en sopas pues recordó que este alimento fue sagrado para los aztecas e incluso es alimento de astronautas.

Asimismo hay más de 160 productos derivados del amaranto como shampoos, jabones y mezcal.

Comentó que este alimento merece incrementar su consumo entre la población considerando la existencia de 5 millones de personas diabética, más del 30 por ciento de la población tiene colesterol alto y presión arterial, 30 por ciento de la población reporta bajo consumo de fruta y un aumento, en un 60 por ciento, de refresco, ingesta de comida rápida o de entrega a domicilio.

En este encuentro se recomendó el consumo diario de, por lo menos, 20 gramos de amaranto por lo que la pobreza económica no obliga a carecer de una buena alimentación más bien es el cambio en los hábitos alimenticios.

Se recomendó el consumo de amaranto en batidos de fruta, atoles y en amaranto verdura como los quelites.

-oo0oo-