OPINIÓN

Nutriendo el cambio: México y su compromiso con la Alimentación Sostenible

Por Juan Manuel Lira · 18 de marzo de 2024 · 3 min de lectura



La reciente aprobación de la Ley General de la Alimentación Adecuada y Sostenible marca un antes y un después en la historia de la nutrición y la salud pública en México. Este hito legislativo es un compromiso con el derecho fundamental a una alimentación digna, así como una estrategia clave en la lucha contra la obesidad y el sobrepeso (males que aquejan a una considerable porción de la población).

Esta ley tiene como objetivo principal garantizar el derecho a una alimentación adecuada para todas las personas, independientemente de sus posibilidades económicas o físicas. Esta legislación propone mecanismos de planeación, coordinación y competencia entre autoridades para asegurar este derecho fundamental. Lo anterior, en respuesta a los 16 millones de mexicanos que no pueden satisfacer sus necesidades alimenticias.

Concebida desde un enfoque integral, este precepto establece mecanismos para asegurar el acceso a alimentos nutritivos, suficientes y de calidad para todos, sin distinción. En un país donde el Coneval señala que alrededor del 40% de la población carece de los medios para una alimentación completa, y el costo de la canasta básica alimentaria ha escalado un 12%, afectando tanto a zonas rurales como urbanas.

Con esta ley se sientan las bases jurídicas y normativas para planear las estrategias de salud y afrontar un flagelo epidémico que silenciosamente ha afectado a la población mexicana durante las últimas décadas: El sobrepeso y la obesidad.

En México 7 de cada 10 personas mayores de 25 años tienen sobrepeso u obesidad, mientras que, en los niños, niñas y adolescentes, 2 de cada 10 padecen obesidad. Si no se hace nada al respecto los cálculos para el año 2040 indican que la mitad de los adultos en el país tendrán obesidad. De allí la importancia de esta ley para frenar el avance de este problema de salud pública.

La obesidad y el sobrepeso además de ser asuntos de estética o bienestar individual, son, ante todo, problemas de salud pública que incrementan el riesgo de enfermedades crónicas como la diabetes, hipertensión y problemas cardiovasculares, minando la calidad de vida de los ciudadanos y elevando los costos de salud para el país. Al promover el acceso a una alimentación adecuada, la ley ataca este problema de manera integral.

La estrategia es clara: fomentar la producción y el consumo de alimentos locales, nutritivos y sostenibles. Esto beneficia a los consumidores y a los productores mexicanos, fortaleciendo la economía local y la soberanía alimentaria. Además, la ley pone especial énfasis en los entornos educativos, garantizando que niños y adolescentes reciban alimentos adecuados en las escuelas, forjando hábitos saludables desde la infancia.

Sin embargo, el éxito de esta ley depende de su implementación efectiva y del compromiso conjunto de gobierno, productores, educadores y la sociedad en general. Se requiere un cambio cultural hacia la valoración de la alimentación no solo como un acto de supervivencia, sino como un pilar de una vida saludable y plena.

La Ley General de la Alimentación Adecuada y Sostenible es mucho más que un conjunto de regulaciones. Es un manifiesto por una nación más sana, una convocatoria a repensar nuestra relación con los alimentos. Con ella, México se coloca a la vanguardia en América Latina en la promoción de un estilo de vida saludable, sentando las bases para una verdadera revolución alimentaria.

Corresponderá a la Dra. Claudia Sheinbaum -si el pueblo de México la elige su próxima presidenta-, dar continuidad a las políticas públicas en salud, apoyadas en esta ley, para tener una población mejor alimentada y con menos problemas de salud. Este es el Segundo Piso de la Transformación en el ámbito de la salud.

Publicado en Punto de Referencia. Dirección original: https://puntodereferencia.mx/opinion/nutriendo-el-cambio-mexico-y-su-compromiso-con-la-alimentacion-sostenible
Descargado el 21 de noviembre de 2026.