

ALIMENTACIÓN SOSTENIBLE DESDE LOS PRINCIPIOS DE PRECAUCIÓN, RES-
PONSABILIDAD Y AUTOCONTENCIÓN, UNA INICIATIVA DEL NUTRICIONISTA
DIETISTA

WILLIAM ALFONSO CAMARGO LUQUE

UNIVERSIDAD EL BOSQUE
MAESTRÍA EN BIOÉTICA

ÁREA DE INVESTIGACIÓN: BIOÉTICA Y MEDIO AMBIENTE
LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: EVOLUCIÓN Y PROBLEMAS AMBIENTALES

BOGOTÁ, D.C.

2018

ALIMENTACIÓN SOSTENIBLE DESDE LOS PRINCIPIOS DE PRECAUCIÓN, RES-
PONSABILIDAD Y AUTOCONTENCIÓN, UNA INICIATIVA DEL NUTRICIONISTA
DIETISTA

WILLIAM ALFONSO CAMARGO LUQUE

Trabajo de grado para optar al título de Magíster en Bioética.

Tutora

EDNA CONSTANZA RODRIGUEZ FERNANDEZ

UNIVERSIDAD EL BOSQUE

MAESTRÍA EN BIOÉTICA

ÁREA DE INVESTIGACIÓN: BIOÉTICA Y MEDIO AMBIENTE

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: EVOLUCIÓN Y PROBLEMAS AMBIENTALES

BOGOTÁ, D.C.

2018

NOTA DE ACEPTACIÓN

Firma del tutor

Firma de Jurado

Firma de Jurado

Bogotá, DC, junio 3 de 2018

Contenido	
Agradecimiento	5
Dedicatoria	6
Resumen	7
Introducción	8
La carne vacuna: hábito de consumo delicioso, ambientalmente costoso	11
Frecuencias de consumo de carne vacuna en Colombia	15
El Nutricionista Dietista y el hábito de consumo de carne	16
Hacia una alimentación sostenible	19
Bioética y principios éticos ambientales aplicados al ejercicio profesional del Nutricionista Dietista	20
Principio de precaución	20
Principio de responsabilidad	23
Principio de autocontención	25
Código de bioética del Nutricionista Dietista	27
Un aporte que enriquece una profesión es más que un aporte	28
Bibliografía	30

Agradecimiento

A mi mejor amiga y confidente, mi amada esposa por su incondicional apoyo y enseñanzas desde su experticia docente que han enriquecido mi vida, a mi hija Milah por su ternura y paciencia que me han enseñado a pensar con detenimiento en lo verdaderamente importante, a mi hija Leiah por su optimismo y sensibilidad espiritual que ha iluminado mi vida, a mis queridos padres, Alfonso que siempre fomento en mí el esforzarme por ser mejor, a mi querida mami Elsa que, siempre ha estado presente con su dirección y amor estructuradores en mí del respeto, la humildad y mi espiritualidad. En el ámbito académico, a mis tutores Edna Rodríguez y María Yaneth Pinilla por su dirección, consejos y paciencia en la consecución de este trabajo, a los docentes que enriquecieron con sus enseñanzas la aplicación de la bioética que deseo promover en mi profesión, a la Universidad el Bosque, porque al pasar por sus aulas durante estos dos años, me permitió ser parte de un proyecto de vida que ha dejado huella en mi corazón y mi mente.

Por último, sin ser menos importante, con gran humildad, doy gracias a Dios por su infinito amor, porque de él se desprendió la naturaleza, gran obra que estamos en la obligación de cuidar, porque su voluntad es buena y perfecta y a él debo mi existir.

Dedicatoria

A mi esposa Grace que me ha enseñado que lo más cercano a la perfección es estar cerca de Dios.

A mis hijas Leiah y Milah, que con sus inocentes palabras me han enseñado el poder de lo simple.

Resumen

Según el Código de Bioética el profesional Nutricionista Dietista “Contribuye al logro de una mejor calidad de vida de la población mediante la promoción de un adecuado estado de salud y nutrición, así como la prevención y tratamiento de las enfermedades relacionadas con alimentación y nutrición” (ACODIN, 2003, p.p 7). Cumplir con esta misión, requiere una mirada mas allá del antropocentrismo prevalente en el Código de Bioética, no es posible ignorar el entorno en que se desarrolla el estado de salud y nutrición, los hábitos alimentarios relacionados con el consumo de alimentos de origen animal y principalmente el consumo frecuente de carne vacuna, ocasionan daños ambientales por las frecuencias de consumo. Se sugiere que el Nutricionista Dietista oriente al individuo en lo relacionado con el fomento de hábitos alimentarios sostenibles con el medio ambiente, influyendo en el individuo y la población hacia un consumo menos frecuente de carne vacuna. Desde la academia debería iniciarse un proceso de formación que incluya contenidos éticos ambientales, dirigidos a minimizar el impacto ambiental generado por la frecuencia de consumo de alimentos como la carne vacuna. Se propone incorporar los principios de precaución, responsabilidad y autocontención al ejercicio profesional, por su posibilidad de ser coadyuvantes en el fomento de una alimentación completa, equilibrada, suficiente, balanceada y amigable con el medio ambiente. Como punto de partida es necesario considerar agregar estos principios al Código de Bioética del Nutricionista Dietista, para un desarrollo integral del ejercicio profesional.

Palabras clave: Hábitos alimentarios, precaución, responsabilidad, autocontención, Código de Bioética, carne vacuna, ejercicio profesional.

Introducción

El consumo de carnes ha tenido un incremento significativo en el mundo. El pollo, la carne vacuna y la carne de cerdo son los más apetecidos, según Valeria Errecart (2015) en su documento el “Análisis mundial del consumo de carnes”:

Entre 1993-2013 la producción mundial de carne vacuna pasó de 47,45 millones de toneladas a más de 58 millones de toneladas. [...]. Parte del comportamiento del crecimiento de la producción mundial de carne vacuna se explica por las mejoras tecnológicas en las técnicas de producción, por los hábitos de consumo y por el mejoramiento del poder adquisitivo en los países en desarrollo, [...]. (p.p 4)

El presente ensayo se referirá a los hábitos alimentarios¹ de consumo de carne vacuna y cómo las decisiones de los individuos y grupos como la familia, hacen que se consuma frecuentemente en la dieta. Se abordará también lo relacionado con el ejercicio profesional del Nutricionista Dietista en la promoción de hábitos alimentarios relacionados con el consumo de carne vacuna y cómo mediante la aplicación de principios relacionados con la ética ambiental, pueden enfocarse a la preservación del medio ambiente integrándolos al ejercicio profesional del Nutricionista Dietista, para la promoción de hábitos alimentarios amigables con el medio ambiente.

Como se mencionó previamente, la demanda de carne vacuna ha ido acrecentándose y paralelamente se han ido modificando los hábitos alimentarios, al aumentar la frecuencia del consumo de este alimento logrando su presencia habitual en la alimentación de la población. Otros factores, como el poder adquisitivo y avances tecnológicos en los países en desarrollo, posibilitan incluir la compra de carne vacuna en el presupuesto económico individual y/o familiar destinado a la compra de alimentos. La

¹ Conjunto de costumbres que condicionan la forma como los individuos o grupos seleccionan, preparan, y consumen los alimentos influidas por la disponibilidad de éstos, el nivel de educación alimentaria y el acceso a los mismos. <http://www.fao.org/docrep/014/am401s/am401s07.pdf>

carne vacuna es un alimento disponible que se ha consolidado como un hábito alimentario en la población.

Los hábitos alimentarios tienen la capacidad de influir en la demanda de determinado alimento e interviene también la disponibilidad del mismo, la producción mundial de carne vacuna ha favorecido la disponibilidad gracias a otras dinámicas propias de diferentes sectores, por ejemplo, el ganadero que se ha preocupado por optimizar los procesos técnicos involucrados en la producción de carne garantizando un producto seguro y apto para el consumo humano.

Los hábitos alimentarios son precedidos por las decisiones que como sujetos se asumen, consumir carne vacuna frecuentemente merece la atención del Nutricionista Dietista, es preciso reflexionar sobre las consecuencias en la salud y ambientales que conlleva hacerlo. Es un llamado a actuar en favor del medio ambiente, comprendiendo lo que generan las decisiones basadas en la alimentación y mantener hábitos alimentarios que traspasan los límites de lo sostenible. Lo que sucede con la carne vacuna para satisfacer la demanda actual es que está siendo necesario, disponer de más superficie para las actividades de pastoreo de ganado, y este proceso genera gases que ocasionan el efecto invernadero y el calentamiento global. Al respecto la FAO (2009), advierte que “La deforestación y la degradación de la tierra son los principales procesos mediante los que los sistemas de pastoreo extensivo emiten GEI (Gases Efecto Invernadero)” (p.p 70).

Teniendo en cuenta lo anterior se considera que desde el ejercicio profesional del Nutricionista Dietista, la bioética ambiental puede aportar principios para que el ejercicio profesional del Nutricionista Dietista como promotor de hábitos alimentarios amigables con el medio ambiente sea una realidad. Los profesionales en mención deben integrar los principios de precaución, responsabilidad y autocontención, porque facilitarían el fomento de hábitos alimentarios amigables con el medio ambiente, lo cual estaría alineado con el Código de Bioética del Nutricionista Dietista que “Contribuye al logro de una mejor calidad de vida de la población mediante la promoción de un

adecuado estado de salud y nutrición, así como la prevención y tratamiento de las enfermedades relacionadas con alimentación y nutrición” (ACODIN, 2003, p.p 7).

Por lo cual en este ensayo es de interés responder a la siguiente pregunta:

¿Cuáles son los aportes de la bioética ambiental al ejercicio profesional del Nutricionista Dietista en el fomento de hábitos alimentarios adecuados y sostenibles en el consumo de carne vacuna?

La carne vacuna: hábito de consumo delicioso, ambientalmente costoso

Matthews (2006), hizo la siguiente pregunta “¿Qué produce más emisiones de gases causantes del efecto invernadero, criar vacas o conducir automóviles?”. La reflexión fue la siguiente: conducir automóviles, porque se ven a diario desplazándose por las calles, a toda hora y en todo lugar. En cambio, las vacas están en el campo, comiendo durmiendo y engordando, no están contaminando el medio ambiente. Además, los automóviles emiten smog día y noche, las vacas solo viven en el campo.

Las personas suelen pensar que el mayor contaminante es el smog producido por los medios de transporte, es algo evidente por ser de fácil observación, en las calles de las ciudades los automóviles y los medios de transporte en general son protagonistas de la vida diaria. Es así que el deterioro ambiental causado por la crianza de vacas, pasa desapercibido para la mayoría de las personas.

Actualmente el sector ganadero genera más gases de efecto invernadero que el transporte, Matthews (2006), en su artículo propone diferentes alternativas para aminsonar los gases del efecto invernadero, por ejemplo, la limitación de las zonas de pastoreo y otras medidas de tipo económico que asumiría el sector ganadero, dirigidas a incrementar la eficiencia de la producción ganadera, mejorando la dieta del ganado para reducir la fermentación intestinal y contribuir a la disminución de las emisiones de metano. Estas alternativas se enfocan en torno a la producción ganadera y no se propone ninguna para la modificación de hábitos alimentarios de consumo de carne vacuna en la población.

“En los países en desarrollo el crecimiento del consumo de carne vacuna se ha traducido en un aumento de los ingresos per cápita y en una clase media emergente con un poder adquisitivo por encima de sus necesidades básicas” (FAO, 2009, p.p 6). Facilitar el acceso y la disponibilidad de los alimentos, tienen como efecto que se empiecen a incluir en la alimentación diaria y con el tiempo se pueden constituir como un

hábito alimentario con la capacidad de permanecer en el tiempo y traspasarse de generación a generación. El sector ganadero se ha modernizado para satisfacer la demanda de carne vacuna de la población en general, es un producto que se encuentra disponible y con facilidad para su acceso, por lo que hace parte integral de la alimentación familiar, su comercialización se ha generalizado y ha logrado satisfacer la demanda creciente.

Con mayores ingresos a disposición y una mayor urbanización, las personas cambian sus patrones de alimentación, pasando de dietas relativamente monótonas de valor nutricional variable (basadas en especies nativas de cereales básicos o raíces feculentas, hortalizas cultivadas en la región, otras frutas y hortalizas, y limitadas cantidades de alimentos de origen animal) a dietas más diversificadas, compuestas por una mayor cantidad de alimentos elaborados y de origen animal (...)
(FAO, 2009, p.p 9).

Las posibilidades de cambio de los patrones alimentarios es una situación deseable desde el punto de vista nutricional, esto significa que se puede acceder a mayores posibilidades de variar la alimentación incluyendo más alimentos y por ende un mayor aporte de nutrientes necesarios para lograr una alimentación balanceada. La intervención del profesional Nutricionista Dietista, es necesario para promover los patrones alimentarios, y que obedezcan a una adecuada selección de alimentos de origen animal y vegetal, cumpliendo con las expectativas de requerimientos nutricionales del individuo y/o su familia. Desde la influencia positiva del profesional como conocedor de lo relacionado con hábitos alimentarios saludables, es posible ofrecer alternativas de consumo para el adecuado intercambio de la carne vacuna por alimentos de origen vegetal, e incluso por otros alimentos de origen animal como el pescado y pollo, haciendo posible y realizable una alimentación sostenible. La carne vacuna es un alimento de un costo económico alto pero asequible dependiendo del corte de carne y del presupuesto individual y/o familiar disponible, sin embargo, producirla genera un alto costo ambiental por que se requieren grandes cantidades de recursos naturales para obtenerla. Según la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la

Ciencia y la Cultura, Unesco (2003), se necesitan 4000 metros cúbicos de agua para mantener una cabeza de ganado.

En Colombia, la producción de la carne vacuna para el consumo humano y subproductos como las vísceras se encuentran regulados por la normatividad legal vigente, la cual reglamenta las condiciones necesarias para realizar un manejo adecuado de la carne vacuna. Los actos administrativos (decretos, leyes, resoluciones, entre otros), detallan el manejo específico que deben tener estos productos.

Para comprender mejor la importancia del profesional nutricionista dietista en el fomento de hábitos alimentarios es necesario considerar la situación de la demanda de carne vacuna, la cual empezó a incrementarse en la década de los sesenta como se muestra en la tabla 1. Esto como consecuencia de la urbanización que influye de forma relevante en la demanda mundial de productos pecuarios debido a que promueve mejoras de la infraestructura para su almacenamiento y conservación, cadenas de frío, que permiten su comercio y distribución (OMS/FAO, 2003). Al facilitarse la disponibilidad de un alimento se facilita también su acceso, si la población tiene la posibilidad de acceder a los alimentos ofrecidos es posible que se incluyan en la dieta.

Tabla 1. Consumo per cápita de productos pecuarios

Región	Carne (kg al año)			Leche (kg al año)		
	1964-1966	1997-1999	2030	1964-1966	1997-1999	2030
Mundo	24,2	36,4	45,3	73,9	78,1	89,5
Países en desarrollo	10,2	25,5	36,7	28,0	44,6	65,8
Cercano Oriente y África del Norte	11,9	21,2	35,0	68,6	72,3	89,9
África subsahariana ^a	9,9	9,4	13,4	28,5	29,1	33,8
América Latina y el Caribe	31,7	53,8	76,6	80,1	110,2	139,8
Asia Oriental	8,7	37,7	58,5	3,6	10,0	17,8
Asia Meridional	3,9	5,3	11,7	37,0	67,5	106,9
Países industrializados	61,5	88,2	100,1	185,5	212,2	221,0
Países en transición	42,5	46,2	60,7	156,6	159,1	178,7

Nota: Adaptado de “*Dieta, nutrición y prevención de enfermedades crónicas*”, Informe de una consulta mixta de expertos OMS/FAO, Organización Mundial de la Salud (OMS), pág. 26, 2003.

América Latina y el Caribe evidencian una proyección del consumo de carne a 2030 en 76,6 kilogramos (kg) al año. Lo que equivaldría a consumir 6,3 kg mensuales de carne por persona. Los hábitos alimentarios pueden considerarse hereditarios, es posible que si se crece en una familia que acostumbra comer determinado alimento, se desarrolle y reafirme el hábito. Una replicación de conductas alimentarias que como en el caso de la carne, podría convertirse en una problemática ambiental. Es momento de actuar para el nutricionista dietista en la promoción de hábitos alimentarios que contribuyen a disminuir la demanda de carne vacuna, haciendo que se disminuya la frecuencia del consumo y proponiendo alternativas de intercambio de este alimento por otros que aporten nutrientes de manera similar.

El sector ganadero genera cantidades importantes de residuos que deterioran el medio ambiente. Las actividades de pastoreo y producción pecuaria como afirma FAO (2009) originan la principal fuente de contaminación terrestre por el vertimiento de nutrientes y materia orgánica, patógenos y otros residuos a diferentes cuerpos de agua.

Los gustos y preferencias personales en el consumo de alimentos y las frecuencias de consumo son una decisión cotidiana que conduce a beneficios y/o consecuencias para la salud personal y para el medio ambiente. Por lo que los efectos de las decisiones asociadas a la alimentación y en particular lo referido al consumo de carne vacuna se han convertido en un problema ambiental por patrones de consumo y producción. En la “Carta de la Tierra” (s.f) de la Iniciativa Carta de la Tierra se afirma lo siguiente:

Los patrones dominantes de producción y consumo están causando devastación ambiental, agotamiento de recursos y una extinción masiva de especies. (...). Un aumento sin precedentes de la población humana ha sobrecargado los sistemas ecológicos y

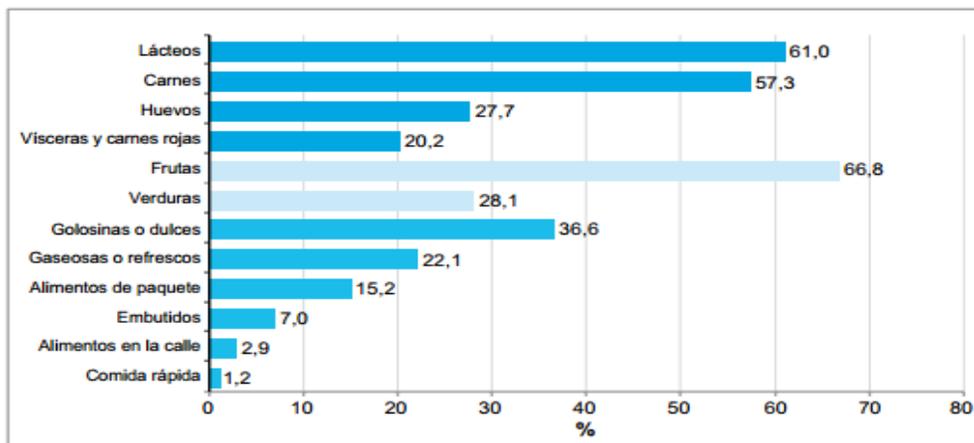
sociales. Los fundamentos de la seguridad global están siendo amenazados por las actuales tendencias. Estas tendencias son peligrosas, pero no inevitables (p.p 1)

La sobrecarga de los sistemas ecológicos, se puede relacionar con el fomento de hábitos alimentarios amigables con el medio ambiente, es importante tener en cuenta que un hábito es una conducta cotidiana, en este caso es el consumo de carne vacuna lo que se desea disminuir. Para tener una idea más acertada de lo que significan las frecuencias de consumo me referiré entonces a las frecuencias diarias de consumo de carne vacuna de la población colombiana que se relacionan en los resultados de la Encuesta Nacional de Situación Nutricional (ENSIN) 2010

Frecuencias de consumo de carne vacuna en Colombia

La ENSIN 2010 (Encuesta Nacional de Situación Nutricional), muestra en la tabla 2, los resultados relacionados con la preferencia y consumo de alimentos de origen pecuario, alimentos como la leche y las carnes presentan gran aceptación en la población.

Tabla 2. Proporciones nacionales 5 a 64 años de las frecuencias diarias de consumo por grupo de alimentos.



Nota: Adaptado de “Encuesta nacional de la situación nutricional en Colombia ENSIN 2010”, ICBF, Resumen ejecutivo ENSIN 2010, pág. 13, 2010.

El aumento del consumo de los alimentos de origen animal y sus derivados se ha convertido en un hábito de consumo, inclusive, diario en los hogares. Son alimentos

que gradualmente se convirtieron en componente casi imprescindible en la dieta, se pueden llegar a consumir entre 1-3 veces en el día dependiendo del ingreso económico y otros factores asociados como las preferencias alimentarias. Es importante aclarar la disponibilidad de gran variedad de cortes de carne y diferente costo económico, lo que facilita accesibilidad para su compra, por ejemplo, los cortes como el lomo fino, punta de anca tienen costo económico alto comparado con cortes como el murillo o el hígado y otras vísceras. Respecto a alimentos de origen vegetal llama la atención el posicionamiento que tiene el consumo de frutas, como alimentos con consumo de mayor frecuencia, lo cual es un aspecto positivo por el aporte de vitaminas y minerales que proveen estos alimentos.

El Nutricionista Dietista y el hábito de consumo de carne

Según la Asociación Colombiana de Dietistas y Nutricionistas (ACODIN) y la Comisión del Ejercicio Profesional de Nutrición y Dietética (CEPND) en su Código de Bioética 2003 se menciona que el Nutricionista Dietista: “Contribuye al logro de una mejor calidad de vida de la población mediante la promoción de un adecuado estado de salud y nutrición, así como la prevención y tratamiento de las enfermedades relacionadas con alimentación y nutrición” (ACODIN, 2003, p.p 7).

El profesional Nutricionista Dietista, debe fomentar una alimentación que cumpla con las siguientes características: Debe ser una alimentación completa que cuente con un aporte de todos los nutrientes para que desde el consumo de alimentos se obtengan las proteínas, grasas, carbohidratos, vitaminas, minerales y otros nutrientes necesarios para que se logre y mantenga un estado nutricional adecuado; debe ser una alimentación equilibrada en la que los nutrientes estén en cantidades proporcionadas sin excesos de ninguno de ellos y exista la proporcionalidad deseada; debe ser suficiente para cubrir las necesidades de nutrientes que requieren los diferentes procesos que se dan en el organismo y debe ser adecuada para cada individuo según su edad y estado de salud, por ejemplo, un niño, un adulto, una mujer en estado de gestación y/o lactancia, entre otros requieren cantidades de alimento y frecuencias de consumo

diferentes que deben ir acorde a su condición particular. Desde el fomento de hábitos alimentarios deben promover entonces, una alimentación que cumpla con los criterios necesarios para que se contribuya a un estado de salud óptimo y por ende a la calidad de vida, que involucra también al medio circundante en que esta existe.

La carne vacuna es un alimento importante por su aporte de proteína y su aprovechamiento biológico en el organismo humano, puede hacer parte de la dieta con las características descritas anteriormente y el Nutricionista Dietista está en la capacidad de fomentar un consumo responsable, lo cual se logra fomentando la disminución en las frecuencias de consumo y ofreciendo alternativas que suplan los aportes de proteína de este alimento. Para lograr un abordaje integral del individuo y su entorno, influyendo en él para orientar hacia una alimentación sostenible a través de la promoción de hábitos alimentarios amigables con el medio ambiente.

Es preciso señalar que existen otros conceptos como el de seguridad alimentaria y nutricional (SAN), que logran distraer la atención del Nutricionista Dietista de los problemas ambientales generados por la frecuencia del consumo de carne vacuna. La SAN según Consejo Nacional de Política Económica y Social (CONPES, 2007) se refiere a “la disponibilidad suficiente y estable de alimentos, el acceso y el consumo oportuno y permanente de los mismos en cantidad, calidad e inocuidad por parte de todas las personas, bajo condiciones que permitan su adecuada utilización biológica, para llevar una vida saludable y activa”(p.p 3). Es por ello que la SAN es uno de los pilares que el Código de Bioética del Nutricionista Dietista, por lo que las acciones del ejercicio profesional se centran en ella de manera prioritaria, enfocándose principalmente en el bienestar del individuo y distrayéndose involuntariamente del enfoque deseado hacia el medio ambiente. Esta es una falencia en el Código de Bioética del Nutricionista Dietista por no incluir principios éticos de carácter ambiental, relacionados con el ejercicio del profesional.

Una de las características del ejercicio profesional del Nutricionista Dietista es promover hábitos alimentarios adecuados para el individuo, comunidad, población; es

también un agente educador que debe ser enriquecido con principios éticos ambientales, para que esté en la posibilidad de educar a los demás de una forma integral que reconozca al medio ambiente como un actor principal objeto de su ejercicio.

El Nutricionista Dietista se desempeña en cuatro áreas básicas, en el ámbito clínico en donde, por excelencia, se presentan restricciones alimentarias dadas por diferentes condiciones de salud y/o enfermedades, relacionados con el consumo de carne vacuna es oportuno referirse a resultados de estudios asociados al consumo de carnes rojas y sus efectos en la salud, al respecto, Cruz (2015) afirma que la OMS y específicamente el Centro Internacional de Investigaciones (CIIC) organismo adscrito a la OMS, ha encontrado relación entre el consumo de carnes rojas, entre las que se cuenta la carne vacuna y carnes procesadas con la aparición de diferentes tipos de cáncer, esta afirmación es producto de la recopilación y análisis de información de aproximadamente 800 estudios, en diferentes países y poblaciones con variedad de dietas, en los cuales se investigaba la relación del consumo de estos productos con más de una docena de tipos de cáncer. Es tiempo de hacer la reflexión sobre lo que como profesionales, los Nutricionistas Dietistas, están recomendando respecto al consumo de carne vacuna, es necesario deconstruir la forma en que se aborda y fomenta este hábito alimentario en particular, específicamente la frecuencia del consumo, existen opciones para fomentar hábitos alimentarios amigables con la población y con el medio ambiente.

En las tres áreas restantes de desempeño del Nutricionista Dietista, a saber: Nutrición Comunitaria, Servicios de Alimentos y Nutrición Deportiva, no se realizan restricciones de alimentos, porque ellas se dirigen en general a personal sin problemas de salud asociados al consumo de alimentos y allí están presentes oportunidades de hacer restricción en el consumo de carne vacuna, por ejemplo, al intervenir en el diseño de menús es posible realizar intercambios de carne vacuna por otros alimentos con similar aporte de nutrientes y lograr disminuir la frecuencia del consumo de carne vacuna y por añadidura se fomenta disminución del costo económico que implica comer carne frecuentemente.

Hacia una alimentación sostenible

En el medio informativo La Vanguardia (2016) se hace referencia al objetivo principal del 17 Congreso Mundial de Dietética “Promocionar y apostar por una alimentación más sostenible y respetuosa con el medioambiente, que dé prioridad al consumo de productos vegetales frente a los de origen animal y basada en mercados locales, más cercanos [...]. El objetivo es claro respecto a lo que se debe hacer, y los profesionales en Nutrición y Dietética deben apropiarse de metodologías para incentivar en la población la promoción de hábitos alimentarios necesarios en la dieta para alinearse con el objetivo mencionado. Previamente en los 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de la FAO (2015), se hace mención a la sostenibilidad en el ODS12-Consumo y producción sostenible en el que se afirma lo siguiente:

Cada año, el mundo pierde o desperdicia cerca de un tercio de los alimentos que produce. Para alimentar al mundo de forma sostenible, los productores tienen que producir más alimentos, mientras reducen los impactos ambientales negativos, como la pérdida de suelo, agua y nutrientes, las emisiones de gases de efecto invernadero, y la degradación de los ecosistemas. Los consumidores deben ser alentados a cambiar a dietas nutritivas e inocuas con una menor huella ambiental (p.p 3).

Los Nutricionistas Dietistas acorde con el propósito mencionado estamos en la obligación de promocionar hábitos alimentarios adecuados y sostenibles, ofreciendo alternativas de modificación de hábitos alimentarios a los individuos y población a la que atendemos, como se recomienda en el ODS-12 “Los consumidores deben ser alentados a cambiar a dietas nutritivas e inocuas con una menor huella ambiental”, es así como se deben enfocar los esfuerzos, conocimientos y habilidades para desestimular equilibrada y sanamente el consumo frecuente de carne vacuna sin afectar el aporte de nutrientes de la dieta y contribuyendo a disminuir la huella ecológica, cual fue definida por Rees y Wackernagel, como un indicador ambiental integrador del impacto que

ejerce una cierta comunidad humana, país, región o ciudad sobre su entorno; se consideran tanto los recursos necesarios como los residuos generados para el mantenimiento del modelo de producción y consumo de la comunidad (como se citó en Martínez, 2007).

Bioética y principios éticos ambientales aplicados al ejercicio profesional del Nutricionista Dietista

El concepto de bioética de Gilbert Hottois (2007) enmarca su razón de ser en tres grandes dimensiones: la naturaleza, la biomedicina y el plano social. Se derivan en ellas las redes que se tejen a partir de la partícula más simple, desde la que se empiezan a desencadenar una serie de situaciones que involucran la interacción del ser humano como elemento desequilibrante “del lado de la naturaleza: especies y ecosistemas destruidos, amenazados, perturbados; biodiversidad; (...) desequilibrios de la biosfera: contaminaciones, efecto invernadero, capa de ozono degradada; desarrollo sostenible y principio de precaución” (p.p 20).

Los enfoques que se crean a partir de la comprensión del funcionamiento del mundo dan origen a las acciones que empiezan a alterar la relación que existe en las tres dimensiones mencionadas, surgen metodologías enfocadas a abordar los dilemas básicos de la sociedad y fundamentadas en la aplicación de diferentes principios. Teniendo en cuenta los principios bioéticos propuestos se precisa realizar una aproximación de cómo deberían ser aplicados al ejercicio profesional del Nutricionista Dietista en su ejercicio profesional.

Principio de precaución

Existen diferentes definiciones del principio de precaución y varios elementos que son comunes en cada una de ellas. Un grupo de expertos sobre el principio precautorio (PP) afirma (UNESCO, 2005)

Cuando las actividades humanas pueden acarrear un daño moralmente inaceptable que es científicamente plausible pero incierto, se adoptarán medidas para evitar o disminuir ese daño.

El daño moralmente inaceptable consiste en el infligido a seres humanos o al medio ambiente que sea:

- una amenaza contra la salud o la vida humanas, o
- grave y efectivamente irreversible, o
- injusto para las generaciones presentes o futuras, o
- impuesto sin tener debidamente en cuenta los derechos humanos de los afectados.

Una de las actividades humanas a propósito de lo que se trata en el presente ensayo, está relacionada con el daño al medio ambiente causado por la frecuencia del hábito de consumo de carne. Las consecuencias que debe contemplar este principio desde el ejercicio del Nutricionista Dietista, están relacionadas con el aumento de la demanda de productos cárnicos, que es facilitada por su disponibilidad e inclusión en la dieta habitual de las personas, por lo cual se requiere la destinación de más áreas para el pastoreo del ganado. Lo que promueve mayor uso de los recursos naturales, como el agua, suelo, aire, requeridos para la producción del ganado; de la cual durante las diferentes fases del proceso se origina contaminación de los recursos naturales mencionados y el deterioro resultante de la actividad pecuaria.

Al integrarse el principio de precaución en el ejercicio profesional, por ejemplo, al momento de diseñar la dieta de un paciente clínico, un individuo sano o un grupo determinado, se tendrá la posibilidad de aminorar el impacto ambiental, lo que significa orientar a los individuos, explicando las bondades en salud y económicas resultantes de disminuir la frecuencia del consumo de carne vacuna y ofreciendo como alternativa al consumo frecuente de carne vacuna, si se promueven hábitos alimentarios con disminución de la frecuencia del consumo de carne, la demanda de este alimento disminuiría haciendo que la disponibilidad se reduzca y sea necesario reducir la producción de ganado. Jorge Riechmann (2005) afirma lo siguiente:

Comer carne, pues, en lugar de vegetales supone consumir mucha más energía alimentaria. Por ejemplo, en España los productos de origen animal sólo aportan a la dieta la cuarta parte de la ingesta calórica (el 26,8%, con más precisión), pero en cambio requieren el 70 por ciento de la superficie agropecuaria utilizada.

El paso de productos cárnicos a otros que requieren menos calorías vegetales para su producción, o una dieta menos carnívora y más vegetariana, permite, por lo tanto, alimentar a más personas con los mismos recursos básicos. Por ello, no debe sorprender que *pasar de una dieta carnívora a una vegetariana suponga reducir fuertemente el impacto ambiental relacionado con las actividades de alimentación* (p.p 167).

Es posible disminuir el consumo de carne e intercambiar por otros alimentos con aporte de proteína, como el pescado o pollo, o leguminosas como el frijol, lenteja o garbanzo; disminuyendo la demanda de la carne vacuna. El enfoque del principio de precaución en la formación del Nutricionista Dietista desde la academia, influiría positivamente por ser está el principal semillero de formación. Su ejercicio profesional impactará positivamente en el paciente, individuo, población o comunidad y con el medio ambiente como entorno y el que se desarrolla la vida misma.

Respecto al principio de precaución se define que el actuar humano puede causar efectos que amenacen la vida de las generaciones futuras al respecto el informe de la UNESCO (2005) se menciona:

Ciertas formulaciones se refieren al 'daño o los efectos nocivos', algunas al perjuicio 'grave', otras al 'daño grave e irreversible', y otras aún al 'daño global, irreversible y transgeneracional'. Lo que esas distintas disposiciones tienen en común es que emplean términos que se inspiran en escalas de valores y por ende expresan un juicio moral acerca de la admisibilidad del daño.

Los hábitos alimentarios y su ocurrencia como actuar humano pueden ser heredados por generaciones. Los Nutricionistas dietistas se convierten en formuladores de

hábitos porque ejercen influencia en los individuos, familias y la población que es tratada en consulta clínica, charlas, simposios y otras actividades en las que intervienen. Esto hace que el principio adquiera valor de herramienta y arraigo en el ejercicio profesional.

El daño derivado del consumo de carne vacuna ha sido objeto de investigaciones, estudios y otras actividades académicas y científicas que continúan creando alertas relacionadas con la producción ganadera. Es razonable pensar en el profesional Nutricionista Dietista, otorgando el valor ambiental correspondiente a su ejercicio profesional y la mediación de un juicio moral personal, antes de proporcionar recomendaciones nutricionales para el consumo de carne vacuna, donde piense lo que está dispuesto a asumir en el futuro si se mantiene o no, un consumo de carne vacuna en la lógica antropocentrista actual. El reto, es pensar y hacer para construir un legado encaminado al consumo responsable de este alimento, asegurándose de tomar decisiones justas en el presente, que posibiliten para las generaciones futuras la herencia deseada desde la construcción de hábitos alimentarios sostenibles en el tiempo y un planeta que lo agradecerá.

Principio de responsabilidad

El principio de responsabilidad de Hans Jonas manifiesta: “No pongas en peligro la continuidad indefinida de la humanidad en la Tierra” (Como se citó en Siqueira 2009). Y Jonas describe el detrimento ambiental como un apocalipsis, Siqueira (2009) menciona al respecto, “Sin embargo, más que la conciencia de un brusco apocalipsis, él tuvo el sentimiento de un posible apocalipsis gradual, resultante del creciente peligro presentado por los riesgos del progreso técnico global y su utilización inadecuada”. El consumo de carne vacuna como se mencionó en la Tabla 1, ha presentado aumento significativo, convirtiéndose en un hábito alimentario frecuente que ha fortalecido la demanda, en forma paralela la tecnología involucrada en los procesos de la producción pecuaria ha fortalecido ese consumo, ofreciendo carne segura que cumple con la

normatividad legal vigente, se ajusta a las necesidades creadas por un hábito frecuente e innecesario que además del daño ambiental ha sido relacionado con problemas de salud como por ejemplo la aparición de ciertos tipos de cáncer. El apocalipsis gradual, Siqueira (2009) explica que es el “resultante del creciente peligro presentado por los riesgos del progreso técnico global y su utilización inadecuada” (p.p 172). El un apocalipsis gradual, protagonizado por la tecnología como generadora de notables cambios, en los que la naturaleza ha sido involucrada indiscriminadamente, sufriendo las consecuencias drásticas de esta actividad humana. De ese modo, el hombre pasó a tener una relación de responsabilidad con la naturaleza, puesto que la misma se encuentra bajo su poder. Como lo concibió Jonas se puede interpretar el apocalipsis gradual en dos vías, la ambiental, donde se refleja el deterioro gradual en el que año tras año especies se extinguen, bosques desaparecen y la temperatura global aumenta por el efecto de los GEI. Y qué decir del ser humano, pues él es una especie privilegiada con un don extraordinario, la inteligencia, que aplica con destreza, acierto y desaciertos, desafortunadamente son más los desaciertos, orientados por intereses egoístas creados a partir del bien individual, como consumir un alimento en exceso, en este caso la carne vacuna, sin considerar las consecuencias ambientales ya mencionadas y que afectarán a los futuros pobladores del planeta, forzados a afrontar el deterioro ambiental, causado por la demanda de carne vacuna impuesta por los hábitos alimentarios de consumo en el presente. El ser humano, tiene la capacidad de regir su destino y el de los demás habitantes de la biosfera, dolientes por las consecuencias de las decisiones humanas que gracias sus hábitos alimentarios, ha potencializado la demanda de la carne vacuna y que ha fomentado las técnicas para su procesamiento, que se han desarrollado en forma paralela para garantizar la disponibilidad.

El Nutricionista Dietista debe asumir la proyección de la vida sana y amigable con el medio ambiente, a través del fomento de hábitos alimentarios saludables enfocados a la alimentación sostenible.

La producción ganadera se realiza a gran escala para responder a la demanda de carne vacuna y otros productos incorporados en los hábitos alimentarios de la población. El paso siguiente es realizar las recomendaciones para el caso específico del consumo de carne vacuna, que de acuerdo a lo que se propone con el principio de responsabilidad de Jonas deben realizarse promoviendo un consumo responsable y racional, esto significa disminuir frecuencias de consumo de carne y limitándolo inclusive a solo una vez por semana. En torno al consumo de carne se mantiene también un proceso tecnológico que como todo avance científico y/o tecnológico, está enfocado a satisfacer necesidades humanas, la producción de carne vacuna no es ajena a esto. Si el Nutricionista Dietista fortalece este principio en su ejercicio profesional, influyendo en la disminución de la frecuencia del consumo de carne, estará contrarrestando desde el fomento de una alimentación sostenible, un problema menos y promoviendo una ética alimentaria integral, traspasando el antropocentrismo y coadyuvando a que las generaciones futuras, puedan heredar un entorno propicio y en equilibrio óptimo para el desarrollo de la vida.

Principio de autocontención

El principio de autocontención o autolimitación de Riechmann (2005), afirma que es necesario actuar sobre los deseos, las relaciones sociales y la cultura, para no sobrepasar los límites impuestos por los ecosistemas y procurar una vida buena basada en un modelo productivo que consuma menos materiales y energía que el actual.

Los Nutricionistas Dietistas en la promoción de hábitos alimentarios debemos influir en las elecciones de consumo de determinado alimento, en la compra de víveres y procurar que se reemplace por otro alimento. En la anamnesis alimentaria² practicada principalmente en el ámbito clínico, es posible identificar frecuencias de compra

² Consiste en la recopilación de toda la información relativa al consumo de alimentos del sujeto en estudio. El objetivo de la anamnesis alimentaria es conocer la ingesta del individuo a lo largo del tiempo para establecer su relación con el estado de nutrición. Permite identificar costumbres, hábitos alimentarios frecuencia de las ingestas [...] <http://www.fmed.uba.ar/grado/medicina/nutricion/guia.pdf>

y consumo de los alimentos, a partir del análisis de la información recopilada, el Nutricionista Dietista identifica hábitos alimentarios y posibilidades de modificación.

El principio de autocontención requiere del convencimiento personal de la prioridad del interés general sobre el interés particular, por lo que el profesional debe considerar aplicar este principio en las recomendaciones que sugiere basadas en la anamnesis alimentaria practicada a un individuo sano y/o enfermo. En las actividades de promoción y prevención se pueden identificar comportamientos alimentarios que sobrepasan los límites aceptables de consumo de carne vacuna, por ejemplo, un consumo diario de carne es inaceptable porque determina problemas para la salud, como se explicó anteriormente y no es posible en una alimentación sostenible desde el punto de vista ambiental. Estas actividades tienen un componente social, porque permiten interrelacionarse con aspectos personales, por ejemplo, los hábitos alimentarios a identificar, en este educativo también se puede dar la oportunidad de identificar aspectos culturales, que den luces sobre el consumo de carne. Recopilando toda la información relacionada con la alimentación, es posible influir en los grupos a partir de experiencias negativas y positivas compartidas por ellos mismos, las cuales pueden direccionarse a los beneficios de disminuir el consumo de carne vacuna. Evidenciar los beneficios para la salud es una forma de empezar a formar el principio de autocontención en los individuos.

Ahora bien, en los pacientes clínicos y los que acuden por consulta externa con patologías en las que se indica disminuir y en casos externos restringir el consumo de carne, el principio de autocontención adquiere relevancia porque se extiende a la familia de los pacientes que por lo general de manera solidaria, el profesional Nutricionista Dietista involucra para ayudar al paciente que requiere restringir este alimento.

Es profesional Nutricionista Dietista no puede ser consecuentes con los excesos de consumo de carne vacuna, así no haya un problema de salud asociado a su consumo. No debe determinarse una dieta por las preferencias alimentarias en el individuo

sano porque el profesional tiene el conocimiento de los estragos en salud por exceder la justa medida de consumo, es necesario enfocarse en educar en hábitos alimentarios sostenibles que no excedan las superficies de suelo necesarias para la producción ganadera y de esta manera no penetrar en superficies en donde están presentes los ecosistemas.

Como afirma FAO (2009), “Los cambios en el uso del suelo originados por la actividad humana se han acelerado de manera drástica durante las últimas décadas, sobre todo en los países en desarrollo”.

Código de bioética del Nutricionista Dietista

Es adecuado reconsiderar el Código de Bioética del profesional Nutricionista Dietista y aclarar que el ejercicio profesional es indudablemente una actividad humana, que beneficia a las personas que son sujetos de nuestro actuar, pero no involucra claramente el medio en que las personas viven. Por lo que nuestro actuar desde el código de Bioética, es netamente antropocéntrico por omisión de principios éticos ambientales, y se propone involucrar el sustento teórico propuesto para adaptar e integrar al ejercicio profesional el reconocimiento del medio ambiente como sujeto de nuestro actuar. El Código de Bioética inicia con generalidades de ética y bioética, orientados esencialmente al ejercicio del profesional y su interacción con el ser humano, por lo que, están presentes falencias relacionadas con la ausencia de consideraciones hacia proteger y preservar el medio ambiente desde la alimentación sostenible. No están presentes aspectos relacionados con responsabilidad, precaución en el proceder profesional ni límites que no se deberían cruzar. De hecho, el término “medio ambiente” se menciona una sola vez en el documento y se relaciona con los avances de la ciencia y la tecnología, lo cual es acertado y se acerca al principio de responsabilidad propuesto, pero no se explora lo suficiente para ser tenido como criterio de protección ambiental.

Un aporte que enriquece una profesión es más que un aporte

La bioética siempre ha estado presente en la profesión del Nutricionista Dietista, el ejercicio profesional involucra decisiones que interfieren en la vida y específicamente los hábitos alimentarios que están ligados al destino de la naturaleza. La ética ambiental es un camino de aprendizaje llamado a recorrerse, de la tierra, del agua, del aire se toma lo que da vida, los alimentos, que se producen solidariamente y sujetos a la demanda que de ellos hacen los habitantes del planeta. Los principios de precaución, responsabilidad y autocontención en la promoción de hábitos alimentarios para lograr una alimentación sostenible ofrecen al Nutricionista Dietista otros medios necesarios para involucrar al medio ambiente en la formulación, convirtiéndolo en el otro paciente que siempre estará acompañando a los pacientes humanos, prevenir los daños al medio ambiente, responsabilizarse de los actos profesionales en el presente y las consecuencias en el futuro, y autocontenerse para no pasar las fronteras de lo que la biosfera puede soportar.

El Código de Bioética del profesional en nutrición y dietética debería apropiarse de principios éticos relacionados con el medio ambiente, para que desde la academia se aborden en la formación universitaria los aspectos relacionados con principios ambientales aplicados al fomento de hábitos alimentarios sostenibles con el medio ambiente, es en el aula de clase la oportunidad de crear en el futuro profesional de Nutrición y Dietética, la sensibilización e interiorización de los principios éticos ambientales en una profesión que involucra elementos vitales para la vida, los alimentos y el agua. Aprender a valorarlos desde el otro punto de vista, el biocéntrico, contribuirá en importante medida a la administración adecuada del medio ambiente. Se haría un importante aporte a la bioética ambiental, extendiendo e incorporando los principios éticos ambientales al ejercicio profesional para la construcción de nuevos conceptos y cursos de acción que involucren la alimentación como una acción humana concertada entre el ser humano y el medio ambiente.

Para finalizar, el profesional Nutricionista Dietista debe meditar los hábitos alimentarios relacionados con los alimentos de origen animal, existen alternativas de intercambios de alimentos que se han pensado involucrando exclusivamente al ser humano, es hora de involucrar en ellas al medio ambiente. Los Nutricionistas Dietistas, son personas con gran imaginación e inventiva que están en la capacidad de dar un giro de 180 grados para deconstruir el paradigma relacionado con el consumo de alimentos como la carne vacuna. Y “educar” a la población que los consulta para proteger su salud y la del medio ambiente, promoviendo la disminución en el consumo de estos alimentos, sustituyéndolos... y así contribuir a evitar la degradación del medio ambiente y específicamente lo relacionado con el cambio de la vocación natural del suelo que se destina al pastoreo de ganado, al excesivo uso del agua involucrada y a las emisiones de GEI resultantes y ocasionantes del cambio climático.

Bibliografía

Mathews, C (2006). La ganadería amenaza al medio ambiente. Recuperado de: <http://www.fao.org/newsroom/eS/news/2006/1000448/index.html>

ACODIN, C. (2003). Obtenido de http://cepnd.com/codigo_de_etica.pdf.

Carbajal, A. (2005). Obtenido de <https://www.ucm.es/data/cont/docs/458-2013-07-24-carbajalAECAXLII2005T-1.pdf>

Consejo Nacional de Política Económica y Social . (31 de 12 de 2007). Ministerio de Salud y Protección Social. Obtenido de <https://www.minsalud.gov.co/Documentos%20y%20Publicaciones/POL%C3%8DTICA%20NACIONAL%20DE%20SEGURIDAD%20ALIMENTARIA%20Y%20NUTRICIONAL.pdf>

FAO. (2009). <http://www.fao.org/3/a-a0701s.pdf>. Obtenido de <http://www.fao.org/3/a-a0701s.pdf>: <http://www.fao.org/3/a-a0701s.pdf>

Hottois, G. (2007). Que es la bioética. En Que es la bioética (pág. 20). Paris, Francia: Librairie Philosophique Vrin.

ICBF. (2010). <http://www.icbf.gov.co/portal/page/portal/Descargas1/Resumenfi.pdf>.
Mathews, C. (29 de 11 de 2006). La ganadería amenaza el medio ambiente. Roma, Italia: Sala de Prensa FAO. Obtenido de <http://www.fao.org/newsroom/eS/news/2006/1000448/index.html>

OMS/FAO. (2003). <http://www.fao.org/3/a-ac911s.pdf>.

UNESCO. (2005). Informe del grupo de expertos sobre el principio precautorio. Obtenido de <http://unesdoc.unesco.org/images/0013/001395/139578s.pdf>

EARTH CHARTER.ORG. (s.f). La carta de la tierra. <http://cartadelatierra.org/invent/images/uploads/Text%20in%20Spanish.pdf>

Aranda, J. (2015). Obtenido de [http://file:///E:/Downloads/Dialnet-AportacionesDeJorgeRiechmannAUnaEticaEcosocialista-5035132%20\(2\).pdf](http://file:///E:/Downloads/Dialnet-AportacionesDeJorgeRiechmannAUnaEticaEcosocialista-5035132%20(2).pdf)

ALCALDIA DE BOGOTÁ, (1982), Decreto 2278 de 1982. Obtenido de: <http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=24295>

ONU. (2009). Agua para todos, agua para la vida Obtenido de:
<http://www.un.org/esa/sustdev/sdissues/water/WWDR-spanish-129556s.pdf>

Cruz, J. (2015). La OMS relaciona el consumo de carnes rojas y carnes procesadas con el cáncer. Recuperado de:
http://www.eurocarne.com/boletin/aecoc_prueba_2016/images/24010.pdf

Martínez, R. (2007) Algunos aspectos de la huella ecológica. Recuperado de:
<http://www.redalyc.org/pdf/666/66615071002.pdf>

Riechmann, J. (2005). Todos los animales somos hermanos. En todos los animales somos hermanos (pág. 166). Madrid, España: Los Libros de la Catarata.

Molina, M. (2004). La ética en el ejercicio del nutricionista-dietista. Recuperado de:
<https://www.google.com.co/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwir5M755dHQAhXJWCYKHQW3AfsQFggZMAA&url=https%3A%2F%2Fdiario.unirioja.es%2Fdescarga%2Farticulo%2F1321675.pdf&usg=AFQjCNE88-YYjIS-LJllo6imLm1QS-pc04w&bvm=bv.139782543,d.eWE>