

Latas cada vez menos saladas

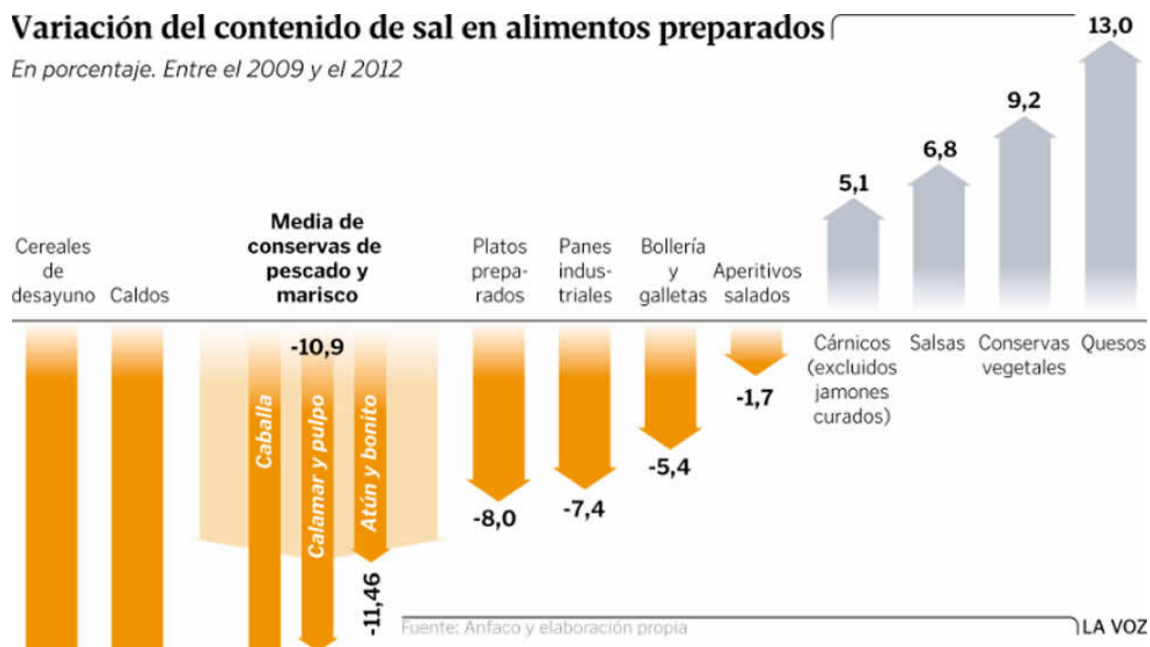
www.lavozdegalicia.es / 17 febrero 2015

- La industria de transformación redujo en cuatro años casi un 11 % el contenido de sal en las conservas de pescados y mariscos

A Europa le estaba subiendo peligrosamente la presión arterial y la Unión Europea consideró que había que hacer algo al respecto. Así que, hace un lustro, el Consejo decidió lanzar una serie de recomendaciones en las que llamaba la atención sobre el elevado consumo de sal - entonces de 8 a 11 gramos por persona y día, dependiendo del país-, al tiempo que refrescaba la memoria al ciudadano sobre las consecuencias de las enfermedades cardiovasculares. La más grave de todas, por supuesto, la muerte. Según las estadísticas europeas sobre esas dolencias del 2008, esos males causan casi la mitad de la mortalidad total, un 42 % en la UE; esto es, más de dos millones de fallecimientos.

Variación del contenido de sal en alimentos preparados

En porcentaje. Entre el 2009 y el 2012



Pero, aparte del mal mayor, no son menos importantes los demás daños colaterales. El estudio calcula que el coste de estas dolencias era de 192.000 millones de euros, en el 2006. Al entrar en el detalle de la factura, se apreciaba que alrededor del 57 % del total se correspondían con costes de asistencia sanitaria, el 21 % por pérdidas de productividad, y el 22 % a la asistencia informal a personas con enfermedades cardiovasculares.

España fue uno de los países que decidió atender esos consejos del médico comunitario y lanzó el Plan Cúidate +: Menos sal es más salud. Y no es de extrañar, dado que según la entonces Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (Aesan, ahora Aecosan) la población española consumía el doble de lo recomendado: casi diez gramos, cuando la OMS (Organización Mundial de la Salud) cree que con cinco al día están más que satisfechas la necesidad de sal (que, por otra parte, también es indispensable).

El programa de las autoridades sanitarias, además de sensibilizar a la ciudadanía de la importancia de ajustar el consumo de sal, buscaba involucrar a la industria alimentaria en la lucha contra la hipertensión de la sociedad. Así que pactó con ella una rebaja del sodio presente en los productos elaborados.

Como patronal conservera española, Anfaco no podía faltar. Los fabricantes de latas de pescado y mariscos revisaron el salero y paulatinamente fueron reduciendo la presencia de cloruro sódico en el interior de las latas, de forma que las conservas que hoy se abren tienen casi un 11 % menos de sal que aquellas que se comían en el 2009.

De terceros en el ránking

De hecho, los transformados de pescado y marisco son el tercer grupo de alimentos en los que más se ha rebajado la presencia de cloruro sódico. A la cabeza están los cereales de desayuno y los caldos. Y hasta los aperitivos salados han reducido el volumen de ese condimento, aunque lo hayan hecho en un comedido -1,7 %, es una rebaja que contrasta con el 13 % de incremento que se ha detectado en los quesos, o el 9,2 % que ha subido en las conservas vegetales.

Ese 11 % de reducción en el contenido de sal -10,9 % hablando en propiedad- es la media del conjunto de las conservas. Una vez que se entra al detalle, se comprueba que, en algunas variedades, la presencia de sal es casi la mitad de la que llevaban en el 2009. Es el caso de las latas de caballa, que han reducido un 46 %. Las de cefalópodos, ya sean de calamar o de pulpo, han rebajado la presencia de sodio un 15,9 %, mientras que las de atún, que encabezan la producción y las ventas, han mermado un 11,46 % ese condimento.

El secretario general de Anfaco calificó de excelentes los resultados obtenidos en el período 2009-2012 y reafirmó con la Aesanco el compromiso de seguir reduciendo la presencia de sal en los transformados.