



Regímen de consumo alimentario basado en⁽¹⁾ los productos ultraprocesados y otros pseudoalimentos, que se caracteriza por ser altamente perjudicial para la salud global⁽²⁾, promover la desaparición de la diversidad alimentaria y culinaria, de los saberes y prácticas asociadas, de las conexiones espirituales y afectivas con el alimento y los territorios, así como de otras condiciones materiales e inmateriales de la alimentación real.

La dieta corporativa es más que un patrón alimentario definido, al ser también un "modo de vida homogeneizador"⁽³⁾ y consumista-impulsivo, por las corporaciones y otros agentes, lo que la hace aún más nociva. En ese sentido, los económicos, sociales, culturales y ambientales que le subyacen.

La dieta corporativa es una de las herramientas de dominación que emplean poderosos sectores económicos y financieros⁽⁴⁾, entre otros, para moldear la existencia, creencias y actitudes de las personas, con el fin de incrementar el lucro empresarial, adormecer las resistencias, y profundizar la captura corporativa del sujeto social.

⁽¹⁾ FIAN Colombia. Alimentar en vez de hambrear. Quinto informe sobre la situación del derecho humano a la alimentación y nutrición adecuadas en Colombia/2024. Bogotá, 2024.

⁽²⁾ Preferencias colocar "de consumo alimentario basado en" y no "régimen alimentario basado en", porque nos posibilita enfatizar que la dieta corporativa es por así (y apelando a unos de los significantes etimológicos olvidados), el resultado de un gran proceso de consumo (destrucción, combinatoria) de bienes comunes, tendencias, etc.

⁽³⁾ Es decir la salud humana y del planeta.

⁽⁴⁾ El sentido original de la palabra dieta significa no solo régimen, sino como modo o estilo de vida. A diferencia de patión alimentario, la palabra dieta es casi como una solución absoluta atribuida a la decisión individual.

Alimentos Reales

En su composición natural no aportan exce-
corpora, así como el riesgo de padecer
enfermedades crónicas no transmisibles
como diabetes mellitus tipo II, hipertensión
arterial, enfermedades cardiovasculares
del organismo. El consumo de una variedad
de alimentos conlleva una buena salud y me-
nor riesgo de padecer enfermedades cróni-
cas no transmisibles.

PCBU

Su consumo habitual incrementa el peso
corporal, así como el riesgo de padecer
enfermedades crónicas no transmisibles
como diabetes mellitus tipo II, hipertensión
arterial, enfermedades cardiovasculares
del organismo. El consumo de una variedad
de alimentos conlleva una buena salud y me-
nor riesgo de padecer enfermedades cróni-
cas no transmisibles.

Alimentos Reales

Proporcionan una sensación de saciedad
gracias a la fibra y el agua que contienen
de manera natural.

PCBU

Están diseñados para no generar saciedad
como potenciadores de sabor, desarrollar,
en cambio, un consumo compulsivo.

AMPLÍE ESTA INFORMACIÓN A TRAVÉS DE LOS RECURSOS QUE
LE OFRECE FIAN COLOMBIA



@FIANColombia





www.fiancolombia.org




Texto: Mylena Gualdrón, Alejandra Niño y Juan Carlos Morales G.
Ilustradoras: Zara Díaz y Soma

Este fanzine es para que usted lo divulgue y lo reproduzca a diestra y siniestra, lo discuta y lo comparta con su comunidad. Lo único que le pedimos es que no deje de citar la fuente.


Impreso en Colombia
Abril de 2024
Por Creativo, Estudio Gráfico

Edición:
FIAN Colombia


Síganos a través de nuestras redes sociales



@FIANColombia



FIANColombia



@FIANColombia

Y AHORA VAMOS A CONOCER LOS IMPACTOS EN SALUD A CAUSA DEL CONSUMO COMPULSIVO DE PCBUS Y LOS BENEFICIOS DE LOS ALIMENTOS REALES





Ilustración: Zara Diaz zara94@gmail.com

10 años

FIAN COLOMBIA

#PoderPopularAlimentario

Alimentos Reales

Las comunidades campesinas y étnicas son responsables de la mayor parte de la producción para la reproducción de la vida. La participación de la economía campesina en la oferta de alimentos en Colombia se estima entre 60% y 85%.

La agricultura promueve la agroecología, pro-
cura el cuidado de los suelos y el uso sos-
tenible del agua y la energía.

Su producción y consumo son factores pro-
motores de las emisiones de gases de efec-
to invernadero, el desperdicio y acapara-
miento del agua, la energía y el suelo y en
general el uso abusivo de los medios de
producción y los recursos así como la con-
tinuación a gran escala que producen los
empaques que utilizan.

PCBU

Unas pocas corporaciones transnacionales y empresas nacionales dominan el negocio de la producción industrial, comercializa-
ción y mercadeo de productos comestibles y bebibles ultraprocesados.

La forma de producción industrializada ha
sido un factor fundamental de la pérdida de
biodiversidad. Tan solo nueve especies de
plantas son su principal fuente de elabora-
ción.
Su promoción fomenta la homogenización
de las dietas (la dieta corporativa) y con
ello erosiona la cultura y los conocimientos
de las comunidades relacionados con la
alimentación y la nutrición.

DE



Alimentos Reales

PCBU

APRENDAMOS A DIFERENCIARLOS



HABLEMOS DE LOS IMPACTOS SOCIO AMBIENTALES Y CULTURALES DE LOS ALIMENTOS REALES Y DE LOS PCBUS



Alimentos Reales

Responden a las dinámicas mercantiles y comerciales del mercado que en el proceso industrial se organizan en líneas de productos. Incluyen: bebidas endulzadas que pueden ser carbonatadas así como polvos para reconstituir; golosinas; pasabocas grasosos, salados o dulces; panes, galletas, tortas y pasteles; margarinas y otras grasas para untar; yogures y derivados lácteos dulces; cereales para el desayuno; salchichas, jamones y otros embutidos; sopas, pizzas y platos listos para calentar y comer; masas y presentaciones en polvo para elaborar productos de panadería, productos listos para consumir o preparar que se promocionan como a base de cárnicos o de fuentes vegetales; las bebidas energizantes y las fórmulas lácteas infantiles entre otros muchos productos. La matriz alimentaria es destruida por los diferentes procesos industrializados a los que se somete y contienen, general-mente, una alta densidad energética, excesivo contenido de nutrientes críticos (sodio o sal, azúcar, grasas que no se me-tabolizan, también llamadas saturadas, hidrogenadas y/o trans), bajo contenido de fibra, proteína, vitaminas, minerales y agua.

PCBU

Son productos diseñados y formulados mediante procesos industriales que hacen parte central de las dinámicas mer-cantiles del sistema alimentario de tipo corporativista, la cual ha impuesto los productos comestibles y bebibles ultra-procesados (PCBU) a nivel global desplazando los patrones de alimentación tradicionales de las poblaciones.

Alimentos Reales

Materia o sustancia que las personas consumen (comen o beben) para nutrirse adecuadamente, crecer, desa-rrollarse, tener una vida activa y salu-dable, y satisfacer otras necesidades alimentarias de orden social, cultural, espiritual o afectiva. Los alimentos verdaderos se caracterizan por con-servar una matriz alimentaria funcio-nal a su potencial nutritivo⁽¹⁾.

Alimentos Reales

Integran compuestos disponibles en la naturaleza, contenidos en una matriz alimentaria. La matriz alimentaria se define como la constitución integral y natural de un alimento, en el que se conservan de forma íntegra todos sus componentes nutrientes y no nutrien-tes y sus relaciones moleculares.

⁽¹⁾ FIAN Colombia. Alimentar en vez de hambrear. Quinto informe sobre la situación del derecho humano a la alimentación y nutrición adecuadas en Colombia/2024. Bogotá, 2024.