

LOS AZÚCARES ESCONDIDOS



"Aquella que no existe naturalmente en un alimento o bebida y que se agrega durante el proceso de preparación de los productos que consumimos diariamente, aportándonos calorías, pero que no nos nutren [*]"



REPRESENTAN UN 80% DEL AZÚCAR QUE CONSUMIMOS

Solo el 20% del azúcar que consumimos lo hacemos de forma directa



SE ESCONDE EN REFRESCOS, SALSAS, CALDOS, EMBUTIDOS ...

y en un largo, largo etcétera de productos alimentarios que consumimos en nuestras dietas diarias



IMPACTO EN LA SALUD

Los estudios relacionan el consumo de azúcar con la obesidad. Hay más de 340 millones de niños, niñas y adolescentes afectados por sobrepeso y obesidad



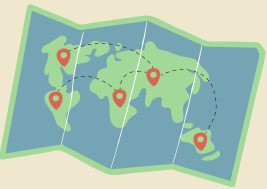
IMPACTO MEDIOAMBIENTAL

La caña de azúcar es la fuente principal de la cuál se obtiene el azúcar que consumimos, su producción reproduce el sistema de monocultivo que agota la tierra y disminuye la biodiversidad



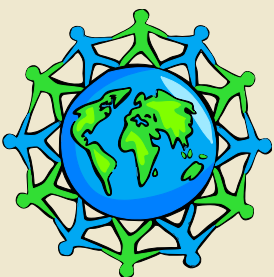
IMPACTO SOCIAL

El trabajo en los cañaverales se realiza en su mayoría de manera manual por salarios paupérrimos, se considera uno de los trabajos más duros que existen.



IMPACTO NEOCOLONIZADOR

Las empresas productoras más importantes son británicas, francesas, estadounidenses y alemanas, aunque la caña de azúcar se produzca principalmente en países tropicales como Brasil, India y Tailandia



IMPACTO PLANETARIO

La producción, distribución, compra y consumo de azúcar es una cadena gigantesca que afecta no solo a nuestra salud como personas consumidoras sino que alimenta los mecanismos de explotación de recursos, territorios y personas.