



NUTRICIÓN *positiva*

Nutrición positiva

La nutrición positiva es el equilibrio nutricional que se debe lograr en nuestros productos limitando el contenido de nutrientes a moderar (sodio, azúcares añadidos, ácidos grasos saturados y trans) y proporcionar contenido relevante de nutrientes e ingredientes que tengan un impacto positivo en la dieta como fibra, proteínas (preferiblemente de origen vegetal), granos enteros, frutas, verduras y legumbres. Una acción no es posible sin la otra. La mejora del perfil nutricional de nuestros productos debe ser integral, evaluando todos los elementos que componen nuestras recetas.

Nuestro cuerpo requiere una variedad de nutrientes para realizar actividades básicas. Por lo tanto, es importante equilibrar todos los nutrientes que requerimos en nuestra dieta.

Ningún alimento por sí solo puede proporcionar todos los nutrientes que necesitamos para mantener una dieta equilibrada y saludable. Es importante comer una variedad de alimentos de diferentes grupos para obtener una amplia gama de nutrientes necesarios para la salud. Dicho esto, algunos alimentos pueden tener una mayor concentración de nutrientes beneficiosos y, por lo tanto, pueden considerarse "alimentos con nutrición positiva". Algunos ejemplos de estos alimentos pueden incluir frutas y verduras, proteínas de alta calidad como carnes magras, pescado, huevos y frijoles, carbohidratos como granos enteros, y grasas saludables como el aceite de oliva y el aguacate. Sin embargo, es importante recordar que todos los grupos de alimentos deben consumirse en cantidades adecuadas como parte de una dieta equilibrada y variada.



Las políticas públicas se han enfocado a restringir principalmente el contenido de nutrientes críticos, nutrientes que deben limitarse o moderarse en una dieta. Sin embargo, hay evidencia que apoyan el concepto de que la falta de nutrientes y grupos de alimentos en una dieta, como granos enteros o nueces, puede tener un impacto más negativo en la salud.

En consecuencia, no solo nos centramos en reducir el contenido de sodio, ácidos grasos saturados y trans y azúcar añadido en nuestra oferta de productos. También aumentamos los nutrientes relevantes en nuestra dieta, tales como: fibra, proteínas de origen vegetal y micronutrientes.



Utilizamos estándares validados por terceros, desarrollados y adoptados por otros gobiernos para evaluar el logro de nuestros objetivos relacionados con proporcionar una nutrición positiva en todas nuestras recetas. Incorporamos a nuestro perfil nutricional la metodología Healthy Star Rating System desarrollada por el Gobierno de Australia y Nueva Zelanda, estableciendo el parámetro de 3,5 estrellas para determinar cuándo una receta se considera "saludable" y tiene el balance nutricional positivo deseable.

Entendemos que no todos los alimentos tienen el mismo papel en la dieta, algunos deben incorporarse con mayor frecuencia y en los principales momentos de consumo mientras que otros tienen un papel de indulgencia y deben consumirse con moderación. Saber combinar alimentos de consumo diario y frecuente con aquellos que deben ser moderados en base a nuestros gustos, costumbres y hábitos construye dietas más saludables, atractivas y variadas, haciéndolas sostenibles en el tiempo. Por esta razón, el valor esperado de la nutrición positiva en nuestra cartera será diferente en función del papel que desempeña la categoría de productos en la dieta del consumidor. Aquellos productos que tienen un mayor impacto en la dieta porque se promueve su consumo frecuente deben tener un valor más estricto que los que deben consumirse con moderación. En base a lo anterior, definimos los siguientes estándares:

Categorías de consumo diario	Valor HSR
Pan, bollería y desayuno (bagels y muffins ingleses), tortillas especiales	≥3.5 estrellas
Tortillas de trigo y pan y bollos brioche	≥3.0 estrellas

Categorías de consumo ocasional	Valor HSR
Productos dirigidos a niños: Productos panificación dulce, productos horneados secos, rellenos, chips de tortilla y tostadas, snacks salados	≥3 estrellas
Productos dirigidos a consumidores no infantiles: Productos panificación dulce, productos horneados secos, rellenos, chips de tortilla y tostadas, snacks salados	≥2 estrellas

Sistema de clasificación por estrellas saludables para medir la nutrición positiva

El Health Star Rating es una metodología desarrollada por el gobierno de Australia y Nueva Zelanda que califica el perfil nutricional general de los productos alimenticios y les asigna un valor de 1/2 estrella a 5 estrellas de acuerdo con el contenido de nutrientes y grupos de alimentos para promover y limitar en la dieta. Proporciona una forma rápida, fácil y estandarizada de comparar alimentos similares. Cuantas más estrellas, más saludable será la elección. Incluir con más frecuencia los alimentos con más estrellas en la dieta y moderar los que tienen menos, ayudará a construir dietas más equilibradas y saludables.

Para más información:

<http://www.healthstarrating.gov.au/internet/healthstarrating/publishing.nsf/Content/home>



BNUTRITION

GRUPO
BIMBO