



Se encuentra en gelatinas, dulces, edulcorantes, aceites y hasta en calcetines y cremas. Se trata de un sello en la etiqueta de ciertos productos que se ostentan como avalados o reconocidos por la Federación Mexicana de Diabetes A.C. (FMD). Pero, en términos prácticos, ¿Qué significa que un alimento para personas con diabetes esté avalado? ¿Es seguro consumirlo?

De acuerdo a la licenciada Yarerí Sandoval, coordinadora de Nutrición en la FMD, las empresas que pretenden ofrecer artículos con esta distinción deben someterse a diferentes fases para obtener el aval. Las etapas comprenden la acreditación legal del negocio, revisión de instalaciones donde se elaboran los alimentos (higiene y seguridad), análisis en laboratorios certificados donde se evalúa la información nutrimental, la composición microbiológica y fisicoquímica y por último se comparan los resultados obtenidos con los señalados en la etiqueta.

“Por ejemplo, si se trata de una crema hidratante, la enviamos a un dermatólogo o cuando son calcetines le pedimos a un médico especialista en pie diabético que los evalúen”, indica la nutrióloga.

Con ese fin, la FMD cuenta con dos laboratorios externos certificados por la Secretaría de Salud, asegura la especialista. Sin embargo, no mencionó los nombres porque argumenta que para la Federación es importante que las empresas y los laboratorios no tengan conocimiento uno del otro, a efecto de que no se alteren los resultados.

¿Por qué la FMD asegura que estos productos no elevan la glucosa en la sangre?

“La Federación tiene criterios y yo misma reviso que los datos nutrimentales se cumplan. Se compara esta información con lo que viene en la etiqueta; por ejemplo, somos muy estrictos en cuestión de azúcares y grasas porque sabemos qué es lo que más puede afectar a una persona que vive con diabetes”, responde la coordinadora.

No obstante, advierte, es importante que los pacientes tengan en cuenta que cualquier exceso alimenticio afecta en la salud y por ello se deben respetar las porciones que indican los empaques. Sobre todo si el médico indica que no se deben consumir ciertos nutrimentos.

La FMD existe desde 1988 y además de avalar alimentos también reconoce productos como calcetines, cremas y champús. Cada fase de aprobación tiene un costo y una vez obtenida la distinción se debe pagar a la Federación una cuota anual, con un incremento de cinco por ciento anual. La entidad no somete a pruebas medicamentos, jarabes, mieles, suplementos y complementos alimenticios, productos milagro, bebidas energizantes o desintoxicantes, alimentos a granel como harinas o cereales y zapatos, estos últimos por no contar, hasta ahora, con los criterios para reconocerlos.

De acuerdo a Yareri Sandoval, cada año, en promedio, la FMD avala 3 de 10 productos que solicitan en México la distinción. No todos son mexicanos, las empresas grandes regularmente son extranjeras.

Una buena alimentación en un paciente con diabetes es importante para lograr el adecuado control y debe estar vigilada por un experto, por lo que antes de incluir este tipo de productos a la dieta se recomienda consultar al médico para su aprobación.

Lourdes Bautista