

**BAJOLA LUPA****CAROLINA TRIVELLI**  
Economista del IEP

# Potencia alimentaria: cinco de siete

**Ser autosuficientes en cinco de los siete grupos de alimentos confirma nuestro potencial alimentario, pero contrasta con nuestra delicada situación alimentaria.**



Los hogares pertenecientes al quintil de menores ingresos (el 20% con mayor pobreza) consumen menos proteína animal per cápita que lo recomendado, también menos frutas y verduras frescas de lo necesario.

**E**l Perú es un país megadiverso, cuna de numerosos alimentos y reconocido mundialmente por su gastronomía. Sin duda, una potencia alimentaria en la cantidad, la diversidad y la calidad de nuestra producción de alimentos.

El año pasado, un equipo de investigadores europeos publicó en la prestigiosa revista *Nature Food* (indexada, con revisión por pares) un artículo en el que analizaba qué tan autosuficientes eran los países en su producción de alimentos. Analizaron la producción de alimentos de 186 países para siete grupos de alimentos (carne, lácteos, frutas, verduras, legumbres, nueces y semillas, cereales y alimentos ricos en almidón) que son la base de una dieta saludable (validada por varios organismos internacionales especializados), y compararon la producción de cada país con las necesidades de su población respecto de estos siete grupos de alimentos.

El artículo (de acceso abierto, disponible en: <https://doi.org/10.1038/s43016-025-01173-4>) encuentra que solo un país del mundo es autosuficiente en los siete grupos de alimentos, es decir, que produce suficiente de cada

grupo como para cubrir las necesidades de una alimentación saludable de toda su población. Ese país es Guyana. Por el contrario, un tercio de los países resultó autosuficiente en apenas dos de los siete grupos.

El Perú fue considerado autosuficiente en cinco de los siete grupos. Somos parte del selecto 15% de países, casi todos en Latinoamérica y Europa, que logran ser autosuficientes en al menos cinco de siete grupos de alimentos. En verduras y legumbres, así como en nueces y semillas, no producimos lo suficiente para cubrir las necesidades de todos los peruanos y para lograr una alimentación saludable. Este resultado es una prueba más de que somos un gran país productor de alimentos diversos.

Buena parte de los alimentos de estos siete grupos los producen los agricultores familiares, que, como sabemos, operan en condiciones muy precarias y cuentan con un apoyo muy limitado. La agricultura familiar presenta muy bajos niveles de productividad, lo que quiere decir que, si tuviéramos una política agraria efectiva y una meta ambiciosa de producción de alimentos, los niveles de producción de alimentos serían aún mayores.

En algunos grupos somos importantes exportadores (frutas, por ejemplo), lo que implica que no toda la producción es consumida localmente. Si somos superavitarios, no hay problema; si no lo somos, es posible que aun siendo autosuficientes en la producción de ciertos grupos, no haya suficiente producción disponible localmente. También importamos algunos alimentos que no producimos –como trigo o maíz amarillo duro–. El comercio mundial de alimentos es clave para asegurar la disponibilidad de alimentos en cantidades y diversidad suficientes.

Ser autosuficientes en cinco de los siete grupos de alimentos confirma nuestro potencial alimentario, pero contrasta con nuestra delicada situación alimentaria. Como se recuerda, de acuerdo con el reporte 2025 de Naciones Unidas (SOFI) cerca del 40% de los peruanos enfrentaban inseguridad alimentaria y casi dos millones pasaban hambre (estaban en situación de pobreza extrema).

Además, es conocido que existe una enorme desigualdad en el consumo de alimentos entre distintos sectores socioeconómicos y/o localidades. Los hogares de menores recursos consumen menos alimentos de los recomendados (frutas y verduras, carnes y pescados, por ejemplo) porque son relativamente más costosos y más complejos de obtener (productos frescos) o de almacenar (requieren cadena de frío). Muchos hogares peruanos de bajos recursos y/o con acceso limitado a mercados con una oferta variada de estos siete grupos de alimentos, tienden a sacrificar el consumo de algunos de ellos, lo que afecta su nutrición.

Utilizando las encuestas de hogares que produce anualmente el INEI (ENAHO), se encuentra que los hogares pertenecientes al quintil de menores ingresos (el 20% con mayor pobreza) consumen menos proteína animal per cápita que lo recomendado, también menos frutas y verduras frescas de lo necesario, y más bien consumen en exceso productos como el arroz. Por el contrario, el quintil más acomodado, el 20% con mayores recursos, supera el consumo recomendado de carnes, frutas y verduras.

El consumo de alimentos de las familias no depende solo de que produzcamos suficientes alimentos (disponibilidad), sino también del acceso económico (si les alcanza para obtener una canasta alimentaria nutritiva), del acceso físico (si encuentran los alimentos en sus entornos, donde acuden a hacer sus compras) y de la educación nutricional que poseen. Estos tres factores son altamente desiguales en nuestro país.

Resulta muy bueno ser reconocidos como una potencia en la producción de alimentos y saber que podríamos incluso producir más alimentos con mejores políticas agrarias. Sin embargo, esto no nos alcanza para ser una potencia alimentaria. La persistente desigualdad –económica, territorial y social– y la pobreza de nuestro país, uno de los pocos que aún no ha logrado regresar a los niveles prepandémicos, limitan que, aun teniendo alimentos, seamos un país bien alimentado y con una buena nutrición.

**“ Buena parte de los alimentos de los siete grupos los producen los agricultores familiares, que, como sabemos, operan en condiciones muy precarias y cuentan con un apoyo muy limitado”.**

Las opiniones vertidas en esta columna son de exclusiva responsabilidad del autor.