

## Malnutrición

**Sensible problema de salud a escala global, que motiva el interés de Angélica Pérez, de Santiago de Cuba**

muyinteresante.es



**Un indicador loable de salud es el buen estado nutricional de un niño en las primeras etapas de la vida.**

**C**ALIFICADA como un conjunto de procesos biológicos mediante los cuales, cada organismo obtiene y transforma los nutrientes contenidos en los alimentos necesarios para subsistir, crecer y reproducirse, la nutrición es una actividad peculiar de todos los seres vivos, en su constante intercambio con el medioambiente.

Considerado un importante indicador de salud, el estado nutricional de la población debe ser preocupación prioritaria de los gobiernos en cada país, y de los organismos internacionales vinculados a la calidad de la vida de las personas. La información al respecto es muy abundante y actualizada.

Sin embargo, cuando se trata de la malnutrición, se puede tornar un desafío para los especialistas manejar indicadores y estadísticas acerca de los problemas que en tal sentido afectan a un determinado grupo de personas.

De modo general la Organización Mundial de la Salud la define como la mayor amenaza individual a la salud pública mundial, y se han impartido indicaciones precisas en cuanto a los nutrientes que sirven de guía para conseguir una dieta equilibrada. Por su origen causal se clasifica en dos

grupos: la exógena, por exceso u obesidad, cuando el desequilibrio lleva a un balance nutricional en el cual los aportes de energía y nutrientes son superiores a las necesidades, lo que tiene como causa más común los malos hábitos dietéticos; y la endógena, dependiente de enfermedades que favorecen el almacenamiento de grasas como: hipotiroidismo, diabetes y otras asociadas al encamamiento.

La malnutrición por defecto es un desequilibrio que implica un balance nutricional en el que los aportes son inferiores a las necesidades. La ayuda nutricional comienza a hacerse necesaria cuando la maquinaria biológica pierde la capacidad de abastecerse adecuadamente a sí misma y fluctúa desde el ámbito de los sistemas biológicos celulares hasta la incapacidad socioeconómica para obtener los alimentos.

En las fuentes consultadas también se consigna que los programas de atención a la nutrición, y en particular a los problemas de malnutrición, suelen asumir variadas formas de enfoques y aplicaciones. Naturalmente que son las edades pediátricas las de mayor preocupación. También los especialistas coinciden en la necesidad de plantearse estrategias eficaces para evitar el empuje en la adolescencia así como



**La malnutrición aumenta el riesgo de contraer infecciones y provoca disímiles enfermedades.**

muyinteresante.es

su captación tardía, el bajo peso de la gestante y la inadecuada alimentación, entre otros factores.

Nuestro tiempo, marcado por una globalización incoherente e injusta y peligrosas crisis superpuestas que pueden incluso hacer peligrar la vida en el planeta, cuenta con una elevada cultura en cuidados de salud sustentados en tecnologías de avanzada, pero que aún resultan muy costosas y encarecen demasiado los sistemas sanitarios hasta en los países de alto nivel de desarrollo económico. Algunas fuentes estiman que ello influye en la insuficiente prioridad para recuperar o mantener el buen estado nutricional a nivel mundial. Lo cierto es que millones padecen hambre.

Se calcula que en el orbe nacen alrededor de 20 millones de niños con un peso menor a 2 500 gramos. Se trata de un indicador de maduración biológica que puede implicar alteraciones en el desarrollo físico, morbilidad, mortalidad y hasta invalidez. Es, además, el resultado de la interac-

ción de diferentes factores socio-económicos y clínico-biológicos, de los cuales muchos se valoran como susceptibles de modificación y otros que con una adecuada atención integral también pudieran ser controlados.

En realidad un factor determinante es la voluntad política incluso para sobreponerse a limitaciones económicas y tecnológicas. Y es lo que muestra la experiencia cubana y sus altos indicadores de salud, así como su contribución solidaria a las capas más humildes de otros pueblos, no obstante la implacable hostilidad y guerra económica imperial que ya dura más de medio siglo. En nuestro país, según las publicaciones disponibles tanto nacionales como de organismos especializados, se cuenta con vastas investigaciones en este campo, además de políticas institucionales y educativas que permiten conocer el estado nutricional del feto, para poder obrar en consecuencia. Además, se realizan estudios y trabajos investigativos para determinar los posibles

factores de riesgo. También se brinda una atención particular y sistemática a cada embarazada desde la captación hasta el parto, y posteriormente a la madre y al niño.

Los especialistas nuestros, por ejemplo, cuentan con estadísticas de la población, para hallar las diferentes relaciones entre peso, talla, edad, áreas de masa magra o muscular y de grasa, todo lo cual es de gran importancia para determinar la conducta médica más adecuada. También las organizaciones políticas y de masas de la comunidad se sensibilizan ante cualquier caso de malnutrición, y ofrecen apoyos necesarios para el exitoso trabajo preventivo de enfermedades asociadas. En la familia cubana los grupos priorizados en todo sentido son, en primer lugar, los niños, luego los ancianos y finalmente los adultos. Claro que no todo es perfecto y falta mucho por hacer y mejorar, pero observando el mundo que nos rodea, sin duda, estamos más protegidos en cuanto a desnutrición y salud en general.

muyinteresante.es



La reina de Saba.

## Makeda o Balkis

**Curiosa historia acerca de la soberana de Saba, antiguo reino de Arabia, actualmente Yemen, es la sugerencia de Felipe Reyes, desde el Cotorro**

**L**A leyenda en torno a esta mujer le atribuye el nombre de Makeda, pero las citas que se refieren a ella en el *Corán* —libro sagrado del Islam, que para los musulmanes contiene la palabra de Dios—, la identifican como Balquis. Vivió en el siglo X a.n.e., y el episodio que la hizo célebre fue la visita que —según se cuenta en la Biblia— realizó a Jerusalén atraída por la fama y la sabiduría del rey de Israel, Salomón. Se relata que se presentó ante él con un sorprendente séquito de camellos cargados de oro, piedras preciosas, perfumes y valiosas maderas. La reina quedó impresionada por el carisma del monarca y de esta manera ambos vivieron un intenso romance, fruto del cual se cree nació un hijo varón, Menelik, que luego sucedería a su madre en el trono. ●