La Desnutrición

J. RAMIRO ARCIA

En Nicaragua existen actualmente una serie de problemas médico-sociales, de tal gravedad y de tal repercusión en todas las actividades del país, que proponer su estudio y solución, sería la mejor contribución que la Alianza para el Progreso podría ofrecer a este pueblo desnutrido y enfermo.

Naturalmente que estos problemas son nuestros y a nosotros nos corresponde su solución. Muchos de ellos ya debían de haber sido superados y otros en vías de superación. Es cierto que los principales responsables son los estadistas y funcionarios, ya que son ellos los encargados de cuidar por el bienestar público. Nosotros los simples ciudadanos, también somos responsables, por no haber reclamado a los dirigentes de la cosa pública con energía y tesón, el cumplimiento de sus deberes oficiales.

Doy la explicación anterior, tratando de acallar mi conciencia cívica y mi orgullo nacional. Mi conciencia cívica, por no haber tenido la entereza de reclamar lo que se nos debe dar. Mi orgullo nacional, porque situaciones que ya debían estar superadas, pretendemos lo lleguen a ser, con la ayuda de los Estados Unidos. Mientras otros países lograrán el Plan Kennedy, para dar un paso más en el progreso vertiginoso de este mundo moderno, nosotros quizás lo aprovechemos para salir de la ignorancia, la indigencia y la insalubridad.

En la Conferencia de Punta del Este, que tuvo lugar en la República Oriental del Uruguay el año ppdo., entre los temas a discutir, se dio vital importancia a los asuntos de orden económico, político, social, educativo y de salubridad, directamente atingentes con el desarrollo de los pueblos latino-americanos.

Nuestro país, por supuesto, tiene tantos y tan serios problemas, que entrar a analizar uno por uno, en la presente exposición, sería cosa interminable.

Sin embargo, como médico, me siento con la obligación y el deber moral, de puntualizar aquellos aspectos directamente relacionados con la Salud; y en particular, con el grave problema de la desnutrición que está afectando un gran sector del pueblo nicaragüense. Las enfermedades carenciales que sufren los nicaragüenses, no difieren significativamente de las que sufren nuestros hermanos centroamericanos, y en base a estudios verificados en el terreno y a la observación y experiencia médica, ya conocemos bastante de nuestra patología nutricional.

A manera de ensayo voy a referirme a los principales padecimientos que aquejan a nuestra gente directamente relacionados a la deficiente alimentación; algunas veces por razones económicas, otras veces ignorancia y otras veces por la falta de una política alimenticia a nivel nacional que venga a contribuir a la solución de este problema bastante complejo.

Analicemos las diferentes manifestaciones orgánicas por carencia nutricionales comunes en Nicaragua.

1º El desarrollo Físico del Nicaragüense:

Una simple observación sobre la población escolar nos revela un promedio de peso y estatura inferior al correspondiente a un niño bien nutrido de la misma edad. Está completamente demostrado que el desarrollo pondo-estatural del individuo está íntimamente ligado a una dieta balanceada, y en cantidad suficiente.

No pasemos por alto las últimas observaciones hechas por nutriólogos de renombre, cual es: "Aun el desarrollo mental del individuo es afectado por el estado de subalimentación crónica." Esto nos hace meditar seriamente, la gravedad del problema en lo relacionado a la productividad del nicaragüense promedio en su aspecto físico y mental.

Esto viene a desvirtuar la creencia general de que nuestro pueblo, es fuerte en las jornadas de trabajo, y tiene un coeficiente de inteligencia superior al promedio.

El peso y estatura de nuestros niños al nacer no difieren significativamente del peso y estatura de niños nacidos en otros países más evolucionados. Sin embargo a los 4 meses de edad ya notamos que el desarrollo físico de nuestros niños comienza a quedar por debajo del desarrollo físico de los niños bien nutridos de esos países más evolucionados. Cuál es la explicación de este fenómeno?

La única explicación que encontramos es que la alimentación de la mayoría de nuestros niños, particularmente los que viven en la zona rural, no llena los requerimientos mínimos necesarios para su mantenimiento y desarrollo.

2º Deficiencias Proteíco-Calóricas:

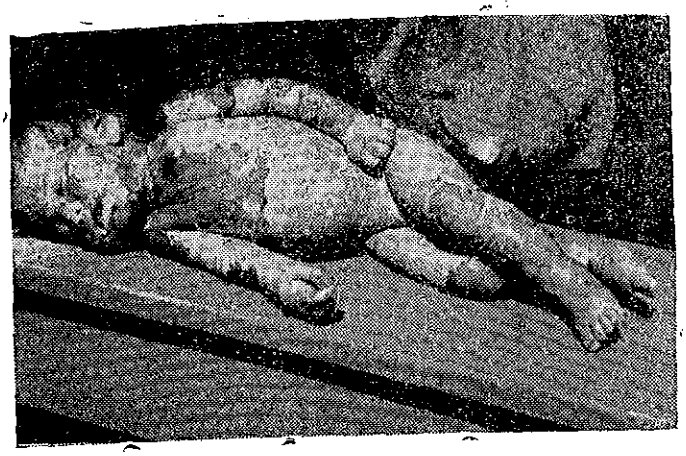
Hasta el presente, de acuerdo con nuestras estadísticas vitales, en Nicaragua no existe la desnutrición. En los Registros Civiles, donde se anotan las defunciones, jamás dicen que la causa primaria de muerte en niños es la desnutrición.

Al Hospital General de Managua he visto llegar un buen número de niños presentando síntomas de desnutrición. Muchos de ellos en un grado tan avanzado que ha sido imposible rescatarlos de la muerte. Tengo la impresión de que el cuadro de desnutrición predominante en nuestros niños es el causado por deficiencia proteíca en la dieta.

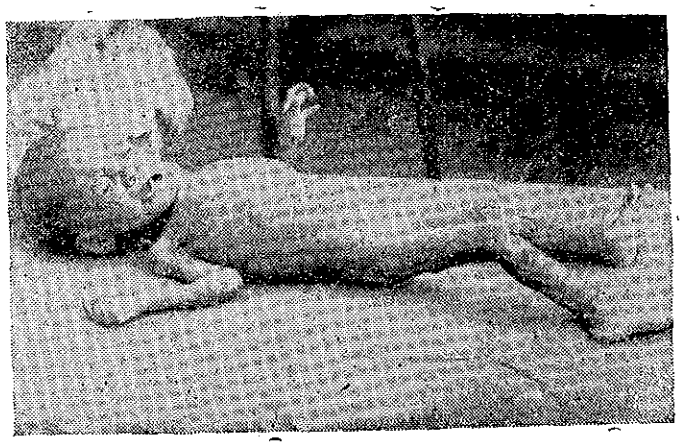
Es decir, no consumen leche y sus derivados, ni carne, ni huevos. Siendo sustituídos estos alimentos por atoles a base de maíz, o trigo, o cebada, cuyo contenido proteíco es pobre. En cambio son ricos en hidrato de carbono (azúcar, almidón, etc.) substancias productoras de energías, pero que no intervienen en la formación de tejidos.

Un niño en desarrollo y crecimiento demanda proteínas de buena calidad, para formar músculos y tejidos. Cuando la alimentación del niño carece de proteínas de alto valor biológico, conduce después de algún tiempo

Digitalizado por: ENRIQUE BOLAÑOS FUNDACIÓN www.enriquebolanos.org



Este es uno de los casos de Síndrome Pluricarencial de la Infancia, atendido en el Servicio de Pediatría del Hospital General de Managua.



Caso grave de Marasmo atendido en el Servicio de Pediatría del Hospital General de Managua.

a cuadros de malnutrición severa, presentándose la enfermedad conocida como "SINDROME PLURICARENCIAL DE LA INFANCIA". Clínicamente estos niños se presentan edematodos (hinchados), apáticos o malhumorados, con extensas lesiones cutáneas, trastornos gastro-intestinales y retraso en su desarrollo físico.

El otro cuadro de desnutrición grave también muy común en nuestro medio es conocido como "MARASMO". Estos niños han tenido una dieta deficiente en proteínas y calorías, y clínicamente se presentan emaciados, deshidratados, con cara de mono, llorones, etc.

Los cuadros anteriormente descritos son los más graves y constituyen una carga para los hospitales, para la familia y para la sociedad en general.

Debemos considerar que en el resto de la población, existe un alto porcentaje de desnutridos que no llegan a los extremos anteriores, pero son elementos predispuestos para ello y que además tendrán un desarrollo físico pobre con una capacidad productiva muy limitada.

Este grupo malnutrido de nuestra población, es el que produce el alto índice de mortalidad infantil que revelan nuestras estadísticas vitales.

3º Deficiencia de Vitamina A y ceguera nocturna:

Hemos tenido en San Isidro, Ciudad Darío, y otros lugares, brotes epidémicos de Ceguera Nocturna. Causas específicas de esta ceguera es la falta de Vitamina A o carotenos en la alimentación. La explicación encontrada de esta carencia nutricional está directamente relacionada a alimentación pobre y monótona.

Las fuentes naturales de la Vitamina A en nuestro país son: leche y sus derivados, yema de huevos, vísceras (hígado), frutas y hojas verdes. La zanahoria, el Ayote, el Pijivalle son ricos en carotenos, substancias que el organismo las transforma en Vitamina A.

Las dietas carentes de estos alimentos conduce a la deficiencia de Vitamina A, cuya manifestación más grave es la ceguera nocturna.

El pueblo nicaragüense no tiene la costumbre de alimentarse con hojas verdes, que son excelentes fuente de Vitamina A. Encuestas dietéticas relaizadas en diferentes zonas del país han comprobado que nuestra población no llena los requerimientos de esta Vitamina.

4º Bocio Endémico:

Esta enfermedad consiste en el aumento de volumen de la glándula tiroidea, en un grupo apreciable de individuos, en determinadas regiones geográficas.

Su causa está completamente conocida y se debe a la falta absoluta o relativa de yodo, en la alimentación. Cuando se presenta en más del 10% de la población, debe ser considerada como un problema de Salud Pública.

En Nicaragua, hay un estudio completo, sobre esta endemia, realizado en todos los Departamentos del país por el Dr. Armando Arce Paiz, Jefe del Departamento Nutricional del Ministerio de Salubridad Pública.

El Dr. Arce Paiz encontró en 22.186 personas examinadas una incidencia del 27 6% de bociosos. La mayor parte de las personas que fueron examinadas están dentro de la edad escolar, y la prevalencia ponderada para este grupo de edad que se estima en la República, es de 25.2%. En otras palabras, en Nicaragua, uno de cada cuatro niños de edad escolar padece de bocio endémico.

Las consecuencias individuales, familiares y sociales del Bocio Endémico son graves. Sin tomar en cuenta la deformación estética del cuello, ni las intervenciones quirúrgicas que con frecuencia se llevan a cabo en nuestros hospitales, nos hacen meditar profundamente las consecuencias que esta endemia acarrea en el presente y futuro de nuestras generaciones, con taras como las siguientes:

a) Adiocia e imbecilidad.
b) Sordo-mudez.
c) Cretinismo.
d) Enanismo.

5º Anemia, por carencia de Hierro:

El hierro es esencial a nuestro organismo, para formar la hemoglobina de la sangre. La fuente para llenar los requerimientos de este mineral, se encuentra en los alimentos. La falta de este elemento en la alimentación

Digitalizado por: ENRIQUE BOLAÑOS FUNDACION www.enriquebolanos.org

Niña de edad escolar, actualmente internada en la Sala de Pedratría *del Hospital General, por Bocio Endémico.*

Caso de Bocio Endémico, Grado 3, de la encuesta realizada en Nicaragua por el Dr. Arce Paiz.

conduce a un tipo de anemia, conocido como: "ANEMIA FERROPRIVA".

Los *grupos particularmente afectados son:* Niños y mujeres embarazadas. Sin embargo el resto de la población *también está afectado en mayor o menor proporción.*

Este problema se agrava por las condiciones ambientales, como son la uncinariasis, la malaria y otras endemias rurales.

6º Caries Dental:

Desde hace algunos años los investigadores científicos de otros países, han venido relacionando, la alta incidencia de caries dental en algunas poblaciones, a la falta de uno o varios elementos nutritivos en la alimentación.

Una encuesta clínica nutricional del año 1954, realizada en San Isidro, Dpto. de Matagalpa, se encontró en *el grupo de niños escolares un 30% con caries dental,* y en los adultos el 57%.

Esto también debe ser tomado en consideración por los encargados de velar por la salud del pueblo. Es notorio, que un individuo con múltiples caries dentales, llega a sufrir alteraciones orgánicas más o menos severas.

7º Otras deficiencias:

Tales como la carencia de Vitamina D, C, Riboflavina, Niacina, y otros nutrimientos, no las discutimos porque no constituyen problema social desde el punto de vista de la alimentación en particular para nuestro medio ambiente.

COMENTARIOS

Después de haber presentado resumidamente las diferentes manifestaciones de mal nutrición encontradas en Nicaragua, creo conveniente hacer un breve comentario sobre la producción, disponibilidad y consumo de alimentos, a fin de analizar los otros factores coadyuvantes.

Es evidente que Nicaragua produce alimentos de buena calidad, de los cuales exporta una regular cantidad.

También es evidente que toda la producción local no es suficiente si cada habitante consumiera lo que su organismo necesita para cubrir los requerimientos alimenticios mínimos diarios.

Como nuestra población carece del poder adquisitivo *suficiente para comprar alimentos de calidad, observamos* que una parte de ellos se exporta como una aparente superproducción.

Para ilustrar nuestra tesis en lo relacionado a producción tomemos dos ejemplos: Leche y carne. La producción promedio diario de leche en todo el país es de 739.637 litros para todo el año 1961, y la población estimada aproximadamente para ese mismo año fue 1,500.000 habitantes. Parece que la producción llena las necesidades mínimas, pero la realidad es otra. Si seguimos analizando los datos estadísticos del Ministerio de Agricultura y Ganadería, observamos que la producción de leche por Departamentos relacionada a la población *existente presenta un desajuste de distribución. Ejemplo:* Carazo con 61,000 habitantes produce 15,149 litros por *día y Chontales con* 58,000 habitantes produce 98,828 litros diarios. Este desajuste se observa en otros Departamentos y no podrá solucionarse mientras falten medios de acceso, refrigeración e industrialización.

En cuanto a la carne sabemos que hay una buena *producción. Gran parte de esta producción es exportada,* en 1959 Nicaragua exportó 2.561.332 Kgs. de carne fresca, refrigerada, con valor de US$ 1.806.052.

*Lo que queda para el consumo interno ya no es su*ficiente para cubrir las necesidades mínimas de toda la población.

En cuanto al poder adquisitivo de nuestra población,

Digitalizado por: ENRIQUE BOLAÑOS FUNDACION www.enriquebolanos.org

sabemos que es muy bajo. Esto está estadísticamente comprobado por medio de encuestas familiares. Las encuestas en la población rural son muy significativas, y aumenta su valor el hecho de que tal población es el 60% del total de habitantes en Nicaragua. Una de estas encuestas de consumo fue realizado en el poblado de Bella Cruz, Depto. de Managua, y en lo relativo a los gastos por alimentación dio los siguientes datos:

CUADRO No. 1

GASTOS PARA UNA FAMILIA CAMPESINA DE SEIS PERSONAS

Bella Cruz

ALIMENTOS	CANTIDAD	PRECIO DIARIO	PRECIO SEMANAL
ARROZ	1 libra	C$ 0.70	C$ 4.90
FRUTAS VARIAS	———	0.50	3.50
FRIJOLES	1 libra	0.80	5.60
YUCA	2 pedazos	0.50	0.50
MAIZ	1 quince	0.80	5.60
GUINEOS CUADRADOS	12 guineos	0.30	2.10
CAFE	4 onzas	0.75	5.25
AZUCAR O DULCE	½ tapa o ½ lb.	0.35	2.45
MANTECA	½ cuarta	0.60	4.20
SAL	½ libra	—	0.15
CARNE	1 pesada (2 lbs.)	—	2.00
	TOTAL	C$ 5.30	C$ 36.25

Notamos que esta familia no consume leche, ni huevo, ni vegetales verdes ni amarillos. De carne muy poca cantidad, dos libras a la semana, o sea menos de una onza diario, "PER CAPITA".

Otro comentario que no podemos omitir es la agudización del problema alimenticio, por el incremento anual de la población, sin el aumento proporcional de la producción agropecuaria.

Agrava esta situación el mantenimiento de una economía estática y de una falta absoluta de educación en materia nutricional.

CONCLUSIONES:

1º — Existe en Nicaragua un estado de subalimentación crónica.

2º — Hay un desajuste evidente entre la producción y demanda de alimentos de buena calidad.

3º — Hay falta de educación en el pueblo en materia nutricional.

SUGESTIONES

Planificar un Programa a Nivel Nacional que llene los siguientes puntos:

1º — Incrementar la producción local de alimentos de buena calidad y de consumo popular, hasta llegar a cubrir las necesidades de toda la población.

2º — Mejorar el poder adquisitivo de la familia, ofreciéndoles mejores oportunidades y fuentes de trabajo.

3º — Desarrollar programas de educación nutricional o reforzar los que ya están en marcha.

4º — Llevar a efecto recomendaciones de Organismos Internacionales, para corregir determinados problemas que se han expuesto. Tal es la yodización de la sal de consumo humano, como medida profiláctica contra el Bocio Endémico.

5º — Estimular el consumo de Mezclas Vegetales, ricas en proteínas, para solucionar el problema apremiante de la desnutrición infantil.

Digitalizado por: ENRIQUE BOLAÑOS FUNDACION www.enriquebolanos.org