

LA NECESIDAD DE UNA PLANEACION INTEGRAL DEL PROBLEMA NUTRICIONAL DE MEXICO

JORGE SANCHEZ AZCONA

México, como todos los países en vías de desarrollo, tiene uno de sus grandes problemas en la falta de alimentación adecuada en grandes grupos de su población. Situación que depende, en principio, de una mala distribución de la riqueza nacional y, además, de otros factores de tipo sociocultural.

El hombre inserto en un contorno biológico y sociocultural resuelve sus necesidades básicas y canaliza su actividad dentro de un marco de referencia que la sociedad en la que vive le da.¹ Las necesidades básicas del individuo, aquellas que le permiten subsistir, sed, hambre y sueño, las satisface en la medida en que su contorno se lo permite. Lo que el ser humano llegue a ser será fruto en su base, del tipo de alimentación que reciba. El aspecto psíquico-social del hombre tiene una estructura orgánica, la fortaleza y formación de ésta, repercutirá en el desarrollo de aquél.

El problema alimenticio de un conglomerado, de acuerdo con Ramos Galván, puede ser enfocado desde tres puntos de vista:

a) Nutriológico. Tomando en cuenta los nutrientes que contiene la dieta de las personas.

Una dieta sana debe estar compuesta en un 50% de hidratos de carbono, 15% de proteínas y 35% de grasas — (son los nutrientes energéticos); agua, Na y K, proteínas, Ca y P (son los nutrientes plásticos); y a. agua, electrolitos y proteínas, y b — vitaminas — (son los nutrientes reguladores).²

b) Dietológico. Aquí se tiene presente el tipo de alimentos que integran la dieta alimenticia.

¹ Sánchez Azcona Jorge, "El carácter social". Revista *Mexicana de Ciencia Política*. Año XIV. Nueva Época. Enero-marzo, 1968, núm. 51, pp. 99 y ss.

² Ramos Galván Rafael, *Diagnóstico del estado de nutrición a nivel individual*. Asociación de Médicos del Hospital Infantil de México, 1968, pp. 33 y ss.

Desde este punto de vista, en la comida diaria debe predominar: leche, carne, huevos, frutas, especialmente cítricas, vegetales, cereales, azúcar, grasas, productos marítimos, etcétera. Todo ello en forma equilibrada.

c) Psíquico, social y cultural. "Porque dentro del contexto cultural y del nivel social de cada familia y de cada persona, el alimento es un valioso instrumento de comunicación y porque dentro de esa realidad debe permitir y promover el desarrollo efectivo y ser elemento propicio para la expansión y la descarga emocional."³

Desgraciadamente en la realidad mexicana, estas tres condiciones se dan muy lejos de esta exposición ideal.⁴

En nuestro país para 1965 el aumento de población a ido paralelo a la producción de cereales y carnes, en cambio el huevo, por ejemplo, había descendido y sólo la leche mantuvo un nivel mayor al crecimiento demográfico.⁵

Sobre la deficiente distribución alimenticia, nos dice Adolfo Chávez: "Teóricamente si se hubiera repartido equitativamente lo disponible a todos y a cada uno de los mexicanos, le hubiera tocado en 1964, un kilo de carne cada 22 días, un huevo y medio por semana, un poco más de un vaso de leche por día y una ración de productos marítimos por mes."⁶

Lo anterior es un planteamiento teórico basado en la disponibilidad de productos alimenticios en el mercado y la población total. Pero la realidad es otra. La mala distribución de la riqueza, con la consiguiente falta de igualdad en la capacidad adquisitiva de las personas, y aunado a esto los obstáculos que representan la organización y culturas familiares⁷ del pueblo mexicano, reacio a cualquier cambio, impiden ese logro ideal.

La distribución de la "dieta alimenticia" de acuerdo con las clases sociales en México, se puede exponer en la siguiente forma:

a) Los grupos llamados marginales, que se caracterizan por alimentarse con la llamada "dieta indígena", cuyo tradicionalismo alimenticio se arraiga desde la época prehispánica; son grupos en donde el maíz representa entre el 60 y el 80% de las calorías totales, completándose con frijol, chile, diversas frutas, verduras regionales, algo de sal y azúcar; en algunas zonas pulque y una cantidad mínima y ocasional de trigo, carne

³ Ramos Galván Rafael, *Requerimientos de Nutrientes*. Seminario de alimentación en el niño. Asociación de Médicos del Hospital Infantil de México, México, 1961.

⁴ En este caso se usa el tipo ideal a la manera de Max Weber. Véase a Sánchez Azcona Jorge, *Introducción a la sociología*, Editorial Porrúa, México 1966, pp. 61 y ss.

⁵ Chávez Adolfo, *La magnitud del problema nutricional en México*. Asociación de Médicos del Hospital Infantil de México, México, 1968, p. 21.

⁶ *Idem*.

⁷ Martínez C. y Madrigal H., *La desnutrición intrafamiliar de alimentos en el Estado de Puebla*. En prensa 1968. Citado por Chávez Adolfo, *Op. cit.*, p. 23.

y café. Esta población representa al 30% de la población, con un número aproximado de 19 millones de mexicanos.

b) Los núcleos denominados clase baja, consumidores de la "dieta mestiza", los cuales basan su alimentación en la "dieta indígena", aunque con la inclusión de pan de trigo, leche, carne aunque sea en poca cantidad, en algunas ocasiones alimentos industrializados y regionales (por ej.: trigo en algunas partes del norte de la República, arroz en regiones cercanas al Golfo de México, etcétera), lo cual aumenta el valor alimenticio de su dieta. Este grupo representa al 51% de la población, con un número aproximado de 20 millones de mexicanos.

c) Por último, el conglomerado de clase media y alta, que consumen la llamada "dieta variada" en la que, aunque el maíz sigue siendo consumido en gran cantidad, las grasas, pan, pastas, azúcar, carne, leche y huevos, se incluyen en la dieta diaria. Este grupo está formado aproximadamente por 6 millones de personas y representa el 20% de la población general del país.⁸

De acuerdo con lo expuesto anteriormente, podemos resumir diciendo que:

El alimento tradicional de los grupos marginales, que representan al 30% de la población, está compuesto de la tortilla, el chile y frijol; se caracteriza por la falta de proteínas animales, aquellas que proporciona la carne, los huevos, la leche, el pescado, etcétera. Es una comida muy pobre en calidad, insuficiente para satisfacer las necesidades de un metabolismo normal en un hombre.

Es muy significativo que el promedio de vida del campesino mexicano sea de 45 años, casi las dos terceras partes de lo que es la expectativa de vida de la población urbana — 65 años. Lo anterior se debe a un desarrollo socio-económico muy diferente de ambos grupos. A la población campesina le faltan reservas orgánicas, fruto de sus problemas nutricionales no resueltos. La imagen grotesca con que ciertas gentes han tratado de representar al mexicano —un hombre humilde sentado en el suelo, con las piernas encogidas, cubierto totalmente con un sarape y un amplio sombrero, con la cabeza baja, como si durmiera— es el reflejo del hambre crónica del pueblo mexicano.

¿Qué energía puede desplegar un organismo tan paupérrimamente alimentado? Un cuerpo cansado por la deficiencia nutricional a que está sometido, que requiere del sueño para poder reponer lo que le correspondería a una alimentación adecuada. La productividad de la población sometida a esas condiciones será mínima. Esas gentes sólo van a producir lo indispensable que les permita subsistir aunque sea en un estado casi vegetativo, no consumen más allá de su producción doméstica. Físicamente

⁸ Chávez Adolfo, *Op. cit.*, pp. 24 y ss.

destaca en ellos un cansancio y una fatiga permanentes; por necesidad se vuelven inactivos y por tanto, improductivos. Además, sus relaciones familiares resienten esta situación. Si no pueden darse atención y cuidado ellos mismos, cómo pedir que procuren a su mujer y a sus hijos? La miseria orgánica les crea una miseria espiritual.

El mexicano ha sufrido hambre por generaciones, se ha configurado lo que el doctor Federico Gómez llama "la frustración alimenticia del mexicano". Es fundamental insistir en la necesidad de que todos los mexicanos, participemos activamente en esta lucha, que nos permita dejar de ser un país subdesarrollado, en su alimentación. Se deben canalizar recursos económicos y medidas educacionales para ayudar a nuestra población marginal. El problema educacional es fundamental en esta empresa. Como ya vimos, se va a chocar con las pautas seculares llenas de la mística de nuestro pueblo, que le lleva a oponerse a los cambios culturales, y no será fácil convencerlo a romper con sus patrones alimenticios, incluso en aquellos casos en que el problema económico pudiera llegar a estar resuelto.

Lo anterior acentúa su dramatismo en la desnutrición infantil.

Un grupo de médicos del Hospital Infantil de México, ha hecho público un estudio que realizaron sobre el problema de la desnutrición de los niños de la República Mexicana — manifestaron que de la población que "puede llevarse" un control estadístico, mueren 100,000 niños por falta de alimentos adecuados. — Por no disponer de los satisfactores mínimos, que les permitan, ya no llevar una vida decorosa, sino sólo sobrevivir. La suficiencia de lo elemental—, a esas 100,000 vidas les es imposible conseguirlo.⁹

En América Latina el número de defunciones por esta causa es de 400,000 niños anuales. México abarca, dolorosa y humillantemente la cuarta parte de esta cifra.

EL 75% de la mortandad de los pre-escolares mexicanos se debe a que carecieron de más básica alimentación.

Además del problema económico, de nuevo las pautas culturales vienen a obstaculizar la alimentación correcta del niño por la falta de atención familiar de la que se puede decir: "que en medio de la pobreza o de la abundancia el adulto se asegura una mejor alimentación que el niño".¹⁰

Es necesario que con un espíritu de solidaridad social y elemental humanismo, afrontemos con los ojos abiertos esos problemas. Tanto el Gobierno que tiene los instrumentos de poder, como la iniciativa privada que controla la mayor parte de los medios de producción, deben encarar hones-

⁹ Sánchez Azcona Jorge, "El hambre, tragedia de México". Artículo publicado el día 23 de mayo de 1968, en el periódico *El Universal*, México, 1968.

¹⁰ Martínez P. D., "La alimentación del niño". *Revista de Investigaciones Clínicas*. 1: 327, 1949.

ta, leal y urgentemente esta situación. Todos aquellos que participamos en la vida económica de México, estamos obligados y somos responsables frente a esta realidad.

Es imperativo que se establezca a nivel nacional una planeación política de la desnutrición. Hay que proteger a la población para que pueda integrarse, en el futuro, a la vida económica y cultural de México en una forma positiva.