

Medellín y Antioquia: desnutridas

escrito por Juan Esteban Restrepo

Quiénes somos padres sabemos que el ejercicio de alimentar saludable y adecuadamente a nuestros hijos es una de las tareas más complejas y desafiantes de la crianza. No solo por el exceso de desinformación, sino también por los costos, la fuerte tradición cultural, la velocidad de la vida, y las difíciles reglas de los pediatras, nutricionistas e influenciadores que opinan sobre lo recomendable o no para nuestros hijos.

Lo anterior, suponiendo que contamos con los recursos suficientes, es apenas un reto más por resolver. Sin embargo, para los padres y familias sin los recursos suficientes, la alimentación es una cuestión de supervivencia y de extrema necesidad; no se trata de nutrir, sino de llenar; no se trata de alimentar sino de comer; no se trata de disfrutar, sino de asegurar.

El estudio de Perfil Alimentario y Nutricional de Antioquia señala que en nuestro Departamento el 33,0% de los hogares están en Seguridad Alimentaria Hogar (SAH) y el 67,0% en Inseguridad Alimentaria del Hogar (ISAH), distribuida así: leve, 38,0%; moderada, 18,5%; y severa, 10,5%. Que casi el 70% de nuestra población se encuentre en esta lamentable situación debería encender todas las alarmas y la atención de nuestra fuerza social, empresarial, política y académica. No se entiende cómo en uno de los departamentos más ricos del país, la inseguridad alimentaria sea común denominador de sus habitantes,

Peor aún, la situación nutricional en niños menores de 5 años es preocupante en Antioquia, donde el 29,1% presenta un riesgo de retraso en talla y el 7,1% un riesgo de desnutrición aguda, según datos de la Encuesta Nacional de la Situación Nutricional (ENSIN). Los niños de 5 a 17 años también muestran una situación nutricional crítica, del 5,4% de retraso en talla y del 17,6% de exceso de peso.

Adicionalmente, el informe Medellín Cómo Vamos, reportó la semana pasada la cifra más alta de hogares que tienen menos de tres comidas al

día (porque no había suficientes alimentos) en los últimos 17 años en nuestra ciudad, especialmente en hogares con mujeres y niños. El porcentaje de hogares con niños menores de 6 años que reportan que alguien de su hogar comió menos de TRES comidas porque no había suficientes alimentos fue del 29%, con mayor impacto en la comuna nororiental, donde la incidencia fue del 40%.

La alimentación saludable y la nutrición adecuada son los pilares del bienestar humano pues son fundamentales para el adecuado funcionamiento del cuerpo, el desarrollo cognitivo, la prevención de enfermedades y el crecimiento de los niños y la calidad de vida de adultos y de personas mayores.

Lo que nos sucede es una tragedia invisible con implicaciones en el cuidado y progreso de nuestra sociedad. Los determinantes de la salud, asociados a los contextos sociales y estructurales son detonantes de múltiples enfermedades inflamatorias, de estrés y enfermedades neurodegenerativas graves para nuestra población. La neurociencia social ha demostrado cómo la exposición a factores de disparidad social como el hambre y la pobreza modifican la expresión genética, dando paso a enfermedades metabólicas, envejecimiento prematuro, depresión y otros trastornos mentales graves para nuestro futuro y tejido social.

No hay futuro ni progreso social y colectivo sin alimentación y nutrición de calidad para cada uno de nosotros, especialmente si no existe para cada uno para nuestros niños y niñas.

Otros escritos de este autor: <https://noapto.co/juanes-restrepo-castro/>