

Actualmente, el principal problema de nutrición que afecta a la sociedad cubana es la obesidad, con más del 45 por ciento de la población con sobrepeso.

Asistimos a la primera generación en la historia de la humanidad que va a vivir menos que la precedente, y en gran medida esta situación se debe a problemas de alimentación y nutrición que derivan en enfermedades crónicas como la obesidad, la hipertensión, trastornos cardiovasculares y cerebrovasculares, diabetes y cáncer, aseguró el doctor Manuel Hernández Triana, presidente de la Sociedad Latinoamericana de Nutrición.

Ante estas realidades se hace cada vez más necesario lograr una conciliación entre la industria alimentaria y la investigación, de manera que se generen alimentos más saludables para el ser humano.

Triana significó la importancia de hacer cambios en los estilos de vida, pues, con el desarrollo tecnológico, las personas asumen prácticas más sedentarias y, como resultado, se incrementan estas dolencias.

Explicó que uno de los problemas relacionado con la mala alimentación, que preocupa a la comunidad científica actualmente es la relación directa que han descubierto entre las poblaciones con desnutrición y la transformación en ellas de virus nobles a patógenos, capaces de generar enfermedades mortales.

Subrayó la necesidad entonces de impulsar programas de vigilancia nutricional como el de Cuba, que permite un control sobre padecimientos como la anemia y la desnutrición, siendo la Isla una de las naciones con menor índice de estos en América Latina.

En el caso de la Mayor de las Antillas, el principal problema de nutrición que nos afecta es la obesidad, con más del 45 por ciento de la población con sobrepeso, aseguró a JR el doctor Disnaldo Raúl Pérez González, director del Instituto de Nutrición e Higiene de los Alimentos.

Nutrición: un cambio en los estilos de vida

Escrito por Pablo Fariñas

Lunes, 19 de Noviembre de 2012 00:00

Por ello —argumentó—, es preciso mantener una dieta balanceada, rica en vegetales, practicar ejercicios y dejar vicios tan perjudiciales como el tabaquismo y el alcoholismo.

En ocasiones, las malas conductas nutricionales pasan por no tener una cultura alimentaria, refirió.

Señaló que los grupos de edades más vulnerables son los niños, las mujeres embarazadas y las en edad fértil, que tienen mayor riesgo de padecer anemia.

«Para ellos tenemos diseñado todo un programa nacional de fortificación y suplementación de alimentos, por ejemplo, la harina de trigo, la compota y la leche de los menores de un año se fortifican», apuntó.

Además, casi la totalidad de los profesionales que laboran en los consultorios médicos del país, bibliotecas de policlínicos y centros universitarios, tiene a su disposición una guía alimentaria especializada para todas las edades, para orientar a la población.

Pérez González informó que en el país se preparan unos 3 000 jóvenes en la Licenciatura en Nutrición e Higiene de los Alimentos, para una atención de salud más integral.

Nutrición vista desde la ciencia internacional

Para llevar a debate estas problemáticas se celebrará el XVI Congreso Latinoamericano de Nutrición, Promoción de Salud y Prevención de Enfermedades, entre los días 11 y 16 de noviembre próximo, en el Palacio de Convenciones, en la capital.

En el encuentro participarán más de mil delegados de diversas latitudes, quienes abordarán la nutrición y la alimentación en el ciclo de vida; el manejo dietético de enfermedades no transmisibles, y el impacto de la actividad física en el estado nutricional de las personas, entre otros tópicos.