

Desnutridos, hambrientos y... obesos: las caras de la pobreza



**DRA GABRIELA GONZÁLEZ
MÉDICO INTEGRANTE DEL
EQUIPO DE NUTRIGUÍA**

Se trata del título de un artículo publicado por la Organización Panamericana de la Salud el 02/08/2002. Confirma que los estudios muestran como tendencia creciente al exceso de peso en las personas de bajos recursos.

“Los pobres no comen lo que quieren y menos lo que deben, simplemente comen lo que pueden. Están desnutridos porque no tienen lo suficiente para alimentarse y son obesos porque se alimentan mal, con un desequilibrio energético importante. Los alimentos a los que acceden más fácilmente son industrializados, de producción masiva, indiferenciados y baratos.”

En un estudio de los doctores Manuel Peña y Jorge Bacalao sobre 535 familias, en San Pablo, con 2411 individuos de una población urbana marginal, 30% de los niños presentaba un déficit relativo de altura, el 5,8 % de los varones y 6,8 % de niñas tenían exceso de peso. Además el 9% de los adultos de las familias eran obesos. “Estos hallazgos demuestran la coexistencia de la malnutrición y la obesidad en el mismo escenario”

En el Uruguay, también existe asociación entre obesidad y nivel socioeconómico y educativo. El retardo en el crecimiento intrauterino combinado con una dieta inadecuada, parece condicionar el desarrollo de sobrepeso y obesidad en la edad adulta.

En el estudio realizado por Bove MI, Severi C, González G “La obesidad un problema social” (INDA Mont 1990) sobre población adulta muestra que en los sectores de menor nivel socio-económico se constata una disminución de la altura alcanzada. El porcentaje mayor de sobrepeso y obesidad se evidencia entre las mujeres de menor nivel socioeconómico. Datos que luego se corroboraron en ENSO Adultos (Pisabarro, R y col año 2000)

En cuanto a los niños uruguayos, aproximadamente el 26% padece sobrepeso u obesidad y 1 de cada 10 (9%) es un obeso de riesgo médico, según ENSO Niños (Pisabarro R y col 2002). En contraste con los hallazgos en adultos en este estudio en niños no hubo una asociación significativa entre nivel educativo y económico con sobrepeso u obesidad.

Sin embargo ya en el año 1997 los datos del MSP muestran que el 5.6% de los menores de 5 años atendidos en Salud Pública en centros asistenciales de zonas de riesgo social presentan obesidad.

Patricia Aguirre, especialista del Ministerio de Salud y Acción Social Argentina, sostiene que “la industria de la alimentación favorece ese comportamiento al segmentar la oferta y comercializar productos masivos, de baja calidad y mayor contenido de grasas y azúcares dirigidos a los sectores de menor po-



der adquisitivo”

Poseen gran poder de saciedad, sabor agradable y bajo costo, lo cual los hace socialmente aceptable y preferidos por los grupos más pobres.

Afirmar que la desnutrición y las enfermedades transmisibles se asocian con la pobreza, y que la obesidad y otras enfermedades crónicas lo hacen con el bienestar económico, ya no tiene vigencia. Nuestro país no escapa a esa realidad, por lo que debe jerarquizarse el exceso de peso también entre los grupos de riesgo social.

CONCEPTOS ERRÓNEOS

Según el Dr Manuel Peña, representante de OPS/OMS: para la prevención y tratamiento debemos desterrar algunos conceptos sociales erróneos de tipo cultural. En algunos círculos sociales aún hoy se considera la obesidad como sinónimo de salud y belleza. En otros sectores los patrones de belleza privilegian la delgadez hasta límites patológicos.

Sin caer en extremos, se deben difundir éstos conceptos:

“La obesidad no es sinónimo de riqueza”

“La obesidad no es contraria a la desnutrición”

“La obesidad no es sinónimo de buena nutrición”

LA OBESIDAD DEBE COMBATIRSE ESTÉ DONDE ESTÉ PORQUE:

“La obesidad es una enfermedad crónica debilitante”

“La obesidad se asocia a discapacidades físicas y psíquicas”

“El tratamiento de la obesidad y sus complicaciones es costoso”

“El descenso de peso no siempre significa recuperación total de la salud”

TRABAJAR EN LA PREVENCIÓN

En la prevención de la Obesidad se debe trabajar en forma conjunta:

- El Estado: Elaborando una política clara de prevención y cuidando que los programas alimentarios apunten no solo a la cantidad sino a la calidad de los alimentos que se brindan.
- Los profesionales de la salud manteniéndose adecuadamente informados para diagnosticar a tiempo y tratar o prevenir. Llevando a cabo en todo momento una tarea educativa tendiente a estimular cambios hacia un estilo de vida más saludable. (hábitos alimentarios y condición física)
- Las empresas de alimentos mejorando la calidad de sus productos de consumo masivo dirigidos a la población y fundamentalmente a la población infantil.

Son necesarias regulaciones, resoluciones políticas y políticas globales de prevención, con participación del ámbito público y privado, de la industria y la sociedad civil y medios de comunicación.

Lo que debe quedar claro a todos es que prevenir la obesidad es reducir los riesgos cada vez más alarmantes de esta enfermedad crónica que afecta a todos los sectores de la sociedad.

LIBER ETCHEVERRY – METAFÍSICO CRISTIANO

Deja de llamarte Metafísico y llámate hipócrita

Oportunamente publicaremos el currículum de Etchverry. Que vale. hoy tan sólo su aporte. Los martes puede escucharlo y verlo en TV Libre en el programa de Celia Baraldi (TV Planeta).

De nada sirve decir que todo va a estar bien, con una sonrisa en los labios, porque eso no es mas que un anhelo.

Nada va a estar bien a menos que pienses correctamente.

Pensar correctamente entraña poner a Dios en todos los asuntos que te conciernen, y no poner acá a Dios, y sacar a Dios del otro lado!

Por ejemplo, si estás viviendo en una casucha, de nada sirve pretender que es un palacio, eso es comportarse como un hipócrita, y al final no te llevará a ninguna parte.

El optimismo barato nunca es espiritual. Cae en la cuenta de que es-

tás viviendo en una casucha y de que es real,

Pero reclama la presencia de Dios, y que Dios te guíe hacia algo mejor. La manera espiritual de hacer las cosas consiste en reconocer las condiciones reales que te rodean, pero en saber que estas, tan solo son una imagen actual lo que tu mentalidad actual, ahora, está proyectando.

El segundo paso, consiste en sentarse calladamente todos los días, y pensar en Dios afirmando que Él está contigo, y que está trabajando en tus necesidades y asuntos.

Es darse cuenta de que Dios pue-

de cambiar tu entorno y lo hará. Pero lo hará en base a la meditación diaria, siendo tú realista en darte cuenta donde estás ahora y hacia donde quieres ir, porque el primer cambio, es interno! La meditación diaria cambiará, tarde o temprano, cualquier circunstancia, y la llevará a la armonía con la verdad del Ser, lo cual implica que la Armonía es inevitable, la Felicidad es inevitable y la Abundancia es inevitable!. Poco importa lo que tus circunstancias actuales puedan ser o parecer.

Lo verdaderamente importante es que te mantengas en la Oración, en tu interés, ya que Dios nunca pierde su propio interés, que es tu Abundancia sobre todas las cosas buenas.

**Liber Etcheverry -
Metafísico Cristiano**

EXPLICACIÓN DEL “EFECTO PLACEBO”

El cerebro humano ignora el dolor si se le engaña

El «efecto placebo» se explica gracias a que el cerebro humano ignora el dolor si se le engaña. La creencia de sentirse mejor disminuye el dolor. Parece obvio, pero hasta ahora no se sabía cómo funcionaba.

El equipo de Kenneth Casey, de la Universidad de Michigan, ha logrado averiguar qué es lo que ocurre en el cerebro de un grupo de

voluntarios cuando se sometían a ocasionales chispazos eléctricos o calor en su brazo y se les proporcionaba lo que creían era una crema contra el dolor cuando en realidad consistía en un placebo, una sustancia inocua.

En sus cerebros, los circuitos que conducen el dolor funcionaban a baja potencia a pesar de no recibir

tratamiento efectivo.

Eso se desprende de los escáneres de resonancia magnética funcional, que muestran en tiempo real la actividad del cerebro. El córtex prefrontal se activa, esperando que la crema alivie el dolor, y luego eso se transmite por un circuito que implica al tálamo, al córtex somatosensorial y otras partes de la corteza cerebral. De acuerdo con lo que publica Casey y su equipo, en «Science», la baja actividad de estos circuitos del dolor muestra que el «efecto placebo» es real y tiene efectos medibles en la medicina. **FUENTE: Science.2004.**

Taller de Educación Médica Continua

Comenzó el sábado 17 de este mes el Taller de Educación Médica Continua en el Hospital de Clínicas, encarándose el tema “Problemas comunes del área ORL en la consulta del médico general.

Este Taller, que es coordinado por el Comité de Educación Médica Continua del Cuerpo Médico a cuyo frente se encuentra el Prof. Dr. Humberto Correa, continúa el 22 de mayo con “Tratamiento del dolor: diagnóstico y manejo racional de los analgésicos.

El 24 de julio el tema será “Uso de antibióticos en la comunidad y medicina prehospitalaria.

Posteriormente se continuará desarrollando el siguiente Programa:

Agosto, viernes 27 y sábado 28: Enfoque práctico de las arritmias: mitos y realidades.

Setiembre, sábado 18: Cervicalgias y cervicobraquialgias en la consulta del médico general (incluye síndromes vestibulares periféricos)

Octubre, sábado 23: Solicitud adecuada e interpretación de imágenes Toracoabdominales (ecografía y TAC)

Noviembre, sábado 27: Actualización en asma para la consulta diaria.

Lugar de trabajo: piso 6 (ala Docente) del H. de Clínicas. Inscripciones se realizarán con un mes de anticipación, a los efectos de entregar el material de lectura previa. Costo \$ 300. Inscripción: Secret. de Dirección del H de Clínicas: 480.12.22 y 487.13.06

DESTACADOS de EL DIARIO MEDICO

BIBLIOTECÓLOGOS

- * Organización y automatización de colecciones (libros, revistas, CDs, fotos, etc.)
 - * Asesoramiento en edición de documentos y elaboración de bibliografías.
 - * Búsqueda de información
- Precio acorde al servicio
Telef.: (02) 508 51 24
Mail: biblio@movinet.com.uy

METAFÍSICO CRISTIANO

Liber Etcheverry Consultas:
Brandzen 1984 Piso 9
Tel.: 408 92 80
094 43 86 87

TRABAJOS DE REVESTIMIENTOS

Baños Cocinas
Albañilería en Gal.
Sr. Ader Muriega
Tel: 507 9969
Cel.: 099 253 203

INGLÉS

Excelencia Profesional
* Cursos intensivos (todos los niveles)
* Preparación exámenes internacionales
* Conversación
* Inglés técnico
Cursos grupales o individuales
Horarios a convenir
Referencias

Profesora **Gabriela Remedi** Egresada del IPA (1986) - Amplia experiencia con profesionales en el campo de la Medicina y otras áreas técnicas. Actualmente se desempeña como coordinadora del programa de Inglés en colegio privado de alto prestigio.
Teléfono: 7119013 ó 099267115 - E-mail: garevima@adinet.com.uy

Dr. Carlos Romero Chazzaro

ABOGADO

- * Der echo Penal
- * Der echo Laboral
- * Der echo Civil

Ciudadela 1426 -
Apto. 401
Tel e fax (02) 903 101
902 42 10