

# El compromiso de la universidad ante la situación alimentaria de la región golfo centro de México

Mena Sánchez, María Eugenia

1992

---

<https://hdl.handle.net/20.500.11777/5409>

<http://repositorio.iberopuebla.mx/licencia.pdf>

# EL COMPROMISO DE LA UNIVERSIDAD ANTE LA SITUACIÓN ALIMENTARIA DE LA REGIÓN GOLFO CENTRO DE MÉXICO \*

**MA. EUGENIA MENA SÁNCHEZ \***

## *Introducción*

En este trabajo se pretende describir el estado de nutrición de los habitantes de la región Golfo-Centro de México, no sólo por un interés meramente científico o social, sino porque el plantel Golfo-Centro de la Universidad Iberoamericana (UIA), de acuerdo con la filosofía educativa del Sistema UIA, está comprometido a ser un agente importante de mejoramiento de las condiciones de vida de los habitantes de la región.

Este compromiso universitario, en lo que se refiere a la nutrición de la población marginada de esta región, debe estar sustentado en el conocimiento de la situación nutricional que prevalece en la población objetivo y en las soluciones posibles, a fin de comunicar al alumno este conocimiento, base para que él mismo se formule el objetivo de su campo de trabajo como egresado, considerando que actuará como profesional responsable y comprometido, en beneficio, principalmente, de las clases sociales menos favorecidas.

Considerando lo anterior, en primer lugar se presentará un somero análisis de la situación de alimentación y nutrición de la población que habita los estados de: Campeche, Chiapas, Guerrero, Hidalgo, Oaxaca, Puebla, Tabasco, Tlaxcala y Veracruz, que son los que conforman la región Golfo-Centro.

---

\* Maestra en Ciencias. Coordinadora de la licenciatura en Nutrición y Ciencia de los Alimentos; Universidad Iberoamericana-Golfo Centro.

## 1. *Situación Nutriológica de la Población de la Región Golfo-Centro*

### 1.1. *Metodología*

Para poder apreciar el estado de nutrición de un grupo de población, uno de los procedimientos es la comparación entre el valor nutritivo del consumo de los alimentos y las cantidades de nutrimentos recomendadas por el Instituto Nacional de la Nutrición.

Como las recomendaciones de nutrimentos varían según la edad y sexo de los individuos, es necesario considerar primero la composición de los grupos de población con respecto a su edad y sexo, tomando para ello los datos censales.

Con base en la pirámide demográfica descrita por la población objetivo, se procede a determinar, lo más exactamente posible, las cantidades de energía y nutrimentos que requiere dicho grupo, basándose en las recomendaciones que se dan para la población mexicana.

Por otro lado, se cuantifica el consumo de alimentos de dicha población, con base en los datos arrojados por la Encuesta Nacional de Alimentación; se obtiene el valor nutritivo de dichos alimentos y se compara con las recomendaciones de nutrimentos establecidas para el grupo en estudio.

Finalmente y para complementar la información recabada, según se mencionó anteriormente, se procede a cuantificar, considerando los datos emitidos por los organismos públicos encargados, la producción de alimentos de cada región o estado y posteriormente el valor nutritivo de la misma. Con esta información se puede determinar la disponibilidad de nutrimentos de la población.\*

### 1.2. *Análisis nutriológico de la producción y del consumo de alimentos en la región Golfo-Centro*

Con base en los resultados obtenidos por un grupo de investigación de la Escuela de Dietética y Nutrición del ISSSTE, <sup>2, 3</sup> se encontró que en las zonas que delimitan los estados ya mencionados de la región Golfo-Centro, existe, en promedio, disponibilidad de prácticamente todos los nutrimentos; sin embargo, y a pesar de lo anterior, el consumo de algunos de ellos, principalmente vitaminas, deja mucho que desear, según se puede observar en el cuadro que se presenta a continuación.

---

\* La bibliografía correspondiente se incluye al final de esta colaboración.

CUADRO I

PORCENTAJE DE ADECUACIÓN (PROMEDIO) DEL CONSUMO Y DE LA DISPONIBILIDAD DE NUTRIMENTOS EN RELACIÓN CON LAS RECOMENDACIONES PARA LA POBLACIÓN MEXICANA

<i>Nutriemento</i>	<i>Consumo</i>	<i>Disponibilidad</i> %
Energía	91.4	97.3
Proteína	87.8	97.0
Calcio	124.5	167.4
Hierro	96.1	124.1
Tiamina	138.4	443.7
Riboflavina	47.7	84.3
Niacina	68.7	106.0
Ácido ascórbico	56.5	254.2
Retinol (Vit. A)	25.8	30.0

Los datos presentados en el cuadro anterior son el promedio de los porcentajes de adecuación tanto para el consumo como para la disponibilidad, en la región Golfo-Centro, y se tomaron de los datos registrados en las referencias bibliográficas 2 y 3.

Como se puede observar en el Cuadro I, la disponibilidad de nutrimentos supera al 100 por ciento en la mayoría de ellos, especialmente en las vitaminas: tiamina y ácido ascórbico. La primera se encuentra principalmente en los cereales, cacahuete, frijoles y otras leguminosas; la segunda generalmente lo hace en las frutas cítricas<sup>4, 5</sup>.

En relación con los nutrimentos: energía, proteína y riboflavina, aunque su porcentaje de adecuación es inferior al 100 por ciento, están muy cerca de este valor, es decir, casi se cubre la disponibilidad y habría que cuidar no sólo que ésta se alcanzara, sino que no disminuyera.

Por otro lado, vale la pena comentar que las regiones en que se observa mayor disponibilidad son las llamadas Pacífico Sur y Golfo Sureste. Estas regiones abarcan parte de los estados de Oaxaca y Veracruz y los estados de Chiapas, Campeche y Tabasco, que efectivamente son zonas de mucha producción de alimentos vegetales.

Además, la región que presenta menor disponibilidad de nutrimentos es la llamada Mixteca y Cañada, formada por las zonas más áridas de los estados de Oaxaca, Puebla y Guerrero, zonas con menor cantidad de precipitaciones pluviales y, por consiguiente, con menor producción de alimentos de origen vegetal.

Cabe también comentar que la disponibilidad más baja registrada en toda la región, es la que se refiere al retinol o vitamina A, que en promedio sólo llega al 30 por ciento. Esto significa que uno de los principales objetivos que deben fijarse en los programas regionales de alimentación es precisamente buscar la manera de incrementar la producción de alimentos fuentes de esta vitamina, o bien, que los canales de distribución de los alimentos que la proporcionan, permitan el incremento de dicha disponibilidad.

En relación con el consumo de alimentos, conviene señalar que se registran valores superiores al 100 por ciento de adecuación con respecto a las recomendaciones dadas por el Instituto Nacional de la Nutrición, para los nutrimentos calcio y tiamina. Es comprensible lo anterior, ya que ambos nutrimentos se encuentran en la tortilla, alimento base de la dieta mexicana.

Los porcentajes de adecuación para el consumo de energía, proteína y hierro, aunque resultan inferiores al 100 por ciento, se encuentran muy cerca de dicho valor. Sin embargo, las vitaminas: riboflavina, niacina, ácido ascórbico y retinol (vitamina A) presentan porcentajes muy bajos, lo cual es motivo de cuestionamiento y objeto de acciones tendientes a elevar el consumo de dichos nutrimentos, ya sea por la vía de la producción o por la vía de la distribución, sobre todo de las frutas y las verduras, que son los alimentos que por excelencia son fuente de tales nutrimentos.

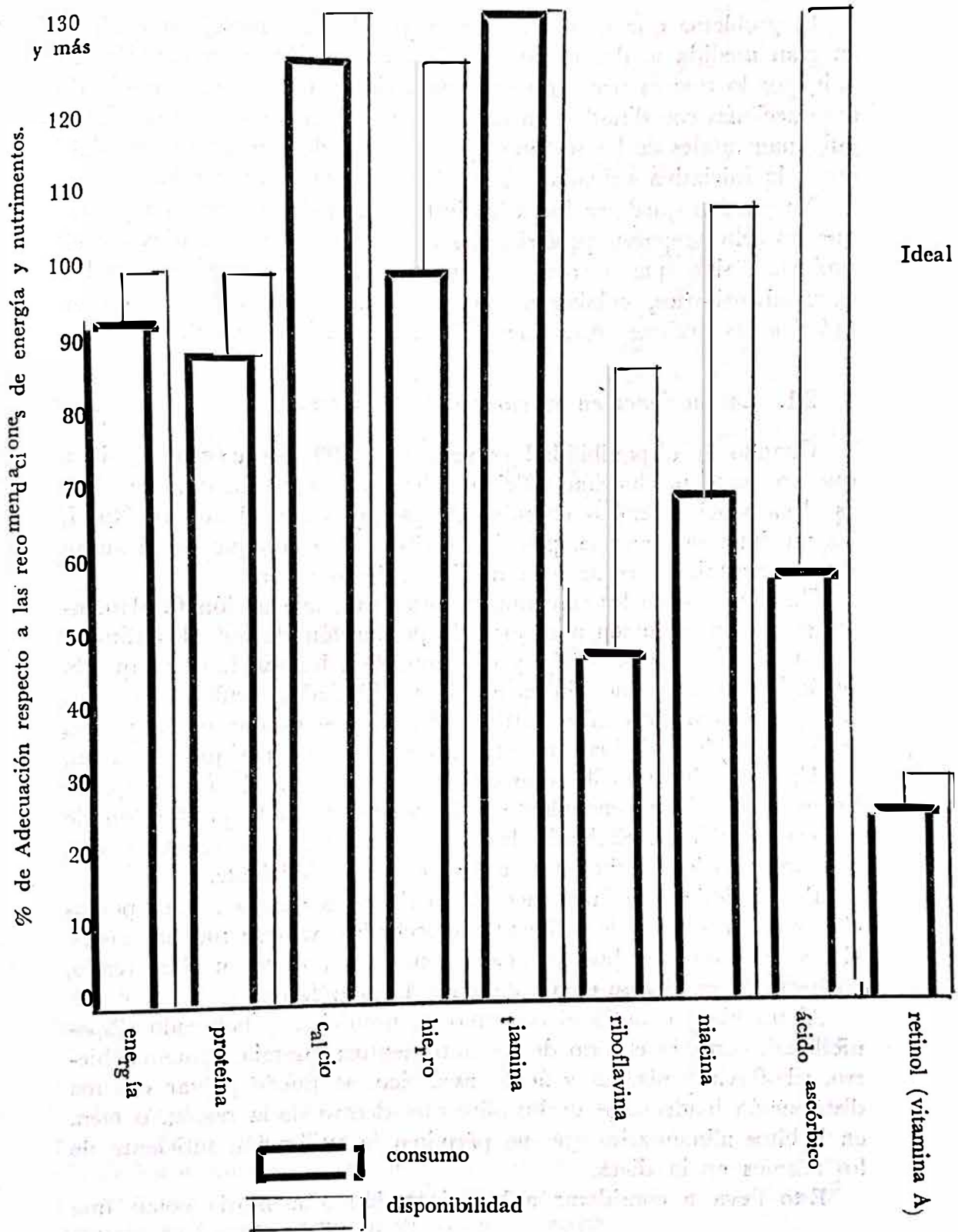
Es conveniente hacer notar que la región que muestra mayor déficit en el consumo de alimentos es la llamada Altiplano Norte, formada por la mayor parte de los estados de Tlaxcala e Hidalgo, donde se tienen datos de que allí habita gran parte de la población más desnutrida del país.

Para ilustrar mejor lo anteriormente descrito, la gráfica No 1 resume los porcentajes de adecuación en relación con las recomendaciones de nutrimentos, tanto de la disponibilidad como del consumo de los mismos, en la región Golfo-Centro.

GRÁFICA 1

Porcentaje de Adecuación de la Disponibilidad Aparente y del Consumo de Nutrimientos con Respecto a las Recomendaciones por Persona y por Día

Región Golfo-Centro





## 2. *Alternativas de Solución*

El problema que se plantea es un problema complejo que afecta en gran medida al desarrollo no sólo de la región, sino también del país, por lo que es necesario que las acciones tendientes a resolverlo sean acciones coordinadas, en las que participen tanto los organismos gubernamentales de los sectores agropecuario, de comercio y de salud, como la iniciativa privada, en las áreas de su competencia.

No pueden quedarse fuera las instituciones de educación superior, que no sólo preparen profesionales en las áreas relacionadas con el problema, sino que a través de los programas de servicio social y extrauniversitarios, colaboren para que en conjunto se pongan en práctica las acciones más adecuadas a la realidad social.

### 2.1. *Las acciones en el campo de la nutrición*

Cuando la disponibilidad es menor al 100 por ciento, significa que no existe producción suficiente del nutrimento en cuestión. Tal es el caso del retinol o vitamina A, ya que según el cuadro No. I, los nutrimentos: energía, proteína y riboflavina, aunque no alcanzan este porcentaje, sí se acercan mucho a dicho valor.

En el marco de los comentarios anteriores, una acción fundamental será la encaminada a mejorar la producción de aquellos alimentos que se dan en la región y que contienen los nutrimentos que la población no consume, sin excluir la posibilidad de cultivar alimentos que conteniendo tales nutrimentos, se puedan dar en la propia región, considerando las características de suelo y clima que se tengan.

Una práctica sencilla, que quizás sólo requiera de una pequeña inversión y del convencimiento a la población, es la producción de huertos familiares, eligiendo las semillas de aquellos vegetales que proporcionen los nutrimentos cuyo consumo es deficiente.

Esta práctica quedaría incompleta si no se enseña a esta población cómo consumir los alimentos cosechados, ya que muchas veces, el producto de tales huertos acaba comercializándose en el mercado, en lugar de emplearse como alimento de estas familias.

Ahora bien, cuando el consumo es insuficiente, habiendo disponibilidad, como es el caso de los nutrimentos: energía, proteína, hierro, riboflavina, niacina y ácido ascórbico, se puede pensar en una distribución inadecuada de los alimentos dentro de la región, o bien, en hábitos alimentarios que no permiten la utilización suficiente de los mismos en la dieta.

Esto lleva a considerar a la orientación alimentaria como una

acción primordial en este proceso, ya que ella incluye no sólo la enseñanza de técnicas culinarias para ampliar las posibilidades de preparación de los alimentos, sino también la instrucción de cómo combinarlos en cada comida, a fin de obtener una dieta diaria bien equilibrada que garantice por lo menos el consumo diario mínimo de los nutrimentos requeridos.

Por otro lado, una población educada, nutricionalmente hablando, demandará los alimentos que requiere, impidiendo su "exportación" de la región.

Mediante la orientación alimentaria también es posible lograr que la población aprenda a manejar los alimentos higiénicamente, ya que muchas de las enfermedades, sobre todo gastrointestinales, que afectan a la población en general, son causadas por un manejo poco higiénico de los alimentos, sobre todo en el momento de su preparación.

En adición, la población que consume suficientes cantidades de alimentos, también corre el riesgo de nutrirse inadecuadamente, cayendo en problemas de obesidad, gastritis, úlceras, enfermedades del colon, etcétera. En estos casos, también la orientación alimentaria resulta esencial, pues muchas veces una dieta bien planeada no sólo detiene el problema, sino que es factor importante en el tratamiento de la enfermedad.

Finalmente conviene señalar, dentro de las acciones en materia de nutrición, la relevancia que tienen los esfuerzos para llevar a cabo una vigilancia nutricional de la población, a través de la evaluación de su estado de nutrición mediante medidas antropométricas sencillas como son el peso y la talla, sobre todo en aquella que por sus condiciones de marginación tiene más riesgo de desnutrirse, aunque también existe la contraparte de la población que está en riesgo de sobrealimentarse.

## 2.2. *Las acciones en el campo de la tecnología de alimentos*

Como ya se comentó, buena parte del problema planteado es consecuencia de la poca disponibilidad de alimentos en muchas zonas de la región, ya sea por vías de comunicación inexistentes o por transporte inadecuado.

Se requiere, por tanto, una planeación conveniente de programas de abasto y distribución de alimentos que garanticen la presencia de los mismos en donde más falta hacen, buscando a la vez mecanismos de comercialización que aunados con una orientación alimentaria suficiente, aseguren un buen consumo.



Por otro lado, en muchas de las zonas de la región Golfo-Centro hay sobreproducción en temporada de algunas frutas y verduras. Debido al desconocimiento de técnicas de conservación, estos alimentos se desperdician, desaprovechándose con ellos una serie de nutrientes; muchas veces, los mismos de los que carece la población.

La anotación precedente no sólo demanda mecanismos para evitar tales mermas, sino también técnicas adecuadas de conservación de alimentos, de manera que éstos se puedan preservar por periodos de tiempo mayores, haciéndolos disponibles cuando ya no estén en temporada y a un precio accesible.

Esto implica un conocimiento suficiente de técnicas que no permitan el deterioro del valor nutritivo de estos alimentos, lo mismo que de procesos eficientes que realmente puedan garantizar un precio asequible a la población que los demanda.

### 3. *El Compromiso Universitario*

La realidad antes descrita es una verdad que motiva y demanda la acción; sin embargo, hasta la fecha han existido un sinnúmero de esfuerzos por parte de organismos tanto públicos como privados, para mejorar la situación de la nutrición de la población mexicana.

Aunque este problema persiste, y quizás continúe por muchos años más, creemos sinceramente que la participación de los nutriólogos y tecnólogos de alimentos ha trascendido.

Lo anterior significa que comprometida nuestra universidad con la justicia social, no puede menos que continuar preparando profesionales capacitados para atacar este problema de una manera integral, es decir, desde los inicios de la cadena alimentaria (la producción de alimentos), hasta el final de ésta (el consumo de los mismos).

Por otro lado, tampoco se trata de preparar profesionales que estén exclusivamente capacitados en los aspectos tanto científico como técnico, pues si bien en otras disciplinas se busca que el alumnado universitario se comprometa y se solidarice con los más necesitados, mucho más lo requiere en las ciencias de la nutrición y de los alimentos, porque el objetivo del trabajo diario es precisamente la población marginada.

En adición, la universidad también debe lograr que estos profesionales sean capaces de proponer soluciones efectivas para el problema planteado, basadas por supuesto en los conocimientos adquiridos en las aulas, pero no limitadas por ellos, sino que la iniciativa, la creatividad, el razonamiento lógico y el pensamiento crítico desarrollados en ellos, permitan que todas sus potencialidades, tanto

en el aspecto profesional como en el humano, se encaminen hacia esas soluciones, las que son responsables, las que son tangibles, las que dejan huella, las que hacen que el país progrese y que el ser humano se enorgullezca de serlo.

Lo anterior requiere por tanto un compromiso muy serio y, para lograrlo, es necesario que el alumno tenga contacto desde el inicio, con la realidad social, con el mundo de trabajo que le espera y sobre todo, con los valores que le permitan alcanzar ese "humanismo integral", finalidad del proceso educativo de la Universidad Iberoamericana.<sup>6</sup>

### *Bibliografía*

1. MENA M. E.: "Análisis Nutricional del Estado de Puebla." En: *Respuesta*, DIF Puebla. Año 1, núms. 3 y 4, 1989.
2. CEREZO, C., PALE, L. E., y SOLÍS, G.: *Propuesta de los Elementos Técnicos de Nutrición para Orientar la Planificación de una Política Alimentaria*. México, 1986.
3. PARRA, S.: *Agrupaciones de Alimentos para el Paquete de Consumo Popular para la Faja Centro de la República Mexicana*. México, 1985.
4. HERNÁNDEZ, M., CHÁVEZ A. y BOURGES, H.: *Valor Nutritivo de los Alimentos Mexicanos. Tablas de Uso Práctico*. Publicación L-12 de la Div. de Nut. del INNSZ, México, 1977.
5. BÉHAR, C. e ICAZA, S.: *Nutrición*. Ed. Interamericana. México.
6. Universidad Iberoamericana: *Filosofía Educativa*. México, 1985.