

ECONOMÍA Y POLÍTICA

Transición nutricional en comunidades indígenas, el caso de Cuatlamayán, San Luis Potosí

V. Gabriela Cilia López*, Frinné Rodríguez Ramos**, Celia Aradillas García*

Palabras clave:

Seguridad Alimentaria, inocuidad de alimentos, políticas públicas, etiquetado de alimentos.

El término *transición nutricional* se refiere a los patrones generales de la dieta y la actividad física que definen el estado nutricional en distintos momentos de la historia. Se origina por múltiples causas como migración, urbanización, desarrollo económico, globalización, etc., por lo que existe una gama de posibilidades que van desde la escasez hasta el exceso en una misma región, grupo social y familiar. En este sentido, las poblaciones indígenas se han visto envueltas en la transición nutricional que se presenta actualmente en todo el mundo y que afecta en distintas medidas a los diferentes estratos sociales dependiendo de las situaciones políticas, socioeconómicas y culturales que los caracterizan. Para identificar cuáles son las consecuencias de la transición nutricional en los grupos indígenas, se debe hacer un diagnóstico donde se identifiquen y se evalúen los problemas nutricionales del grupo en cuestión y la comunidad en donde vive con el objetivo de diseñar, implementar y evaluar programas de intervención comunitaria.

La importancia de realizar una intervención comunitaria radica principalmente en el efecto que puede ocasionar una ingesta inadecuada de alimentos en grupos vulnerables como niños, adolescentes y mujeres embarazadas; debido a que existe la posibilidad de deficiencia en el consumo de micronutrientes; lo cual se ha establecido como una de las causas del retardo en el crecimiento; así como otros problemas tanto de desarrollo psicológico como de salud.

En San Luis Potosí, el 30.1% de la población presenta carencia por acceso a la alimentación, cifra que lo posiciona por encima de la media nacional que es de 24.9%. Los municipios que presentan mayor rezago por pobreza alimentaria son los ubicados en la región huasteca, razón por la cual se decidió trabajar en una comunidad indígena de esta región, lo cual dio un contexto específico de una problemática global. Bajo este contexto se realizó una evaluación dietética para analizar la frecuencia

* Doctora en Ciencias Ambientales, UASLP, Profesora investigadora de tiempo completo. Facultad de Medicina-CICYT, UASLP.

** Programa Multidisciplinario de Posgrado en Ciencias Ambientales (PMPCA) UASL.

Contacto: Facultad de Medicina-CIACYT, Avenida Sierra Leona núm. 550, colonia Lomas segunda sección, San Luis Potosí, San Luis Potosí, México, C.P. 78210, Teléfono: 52 (444) 826-23-00, extensión 8467. Correo electrónico: gabriela.cilia@uaslp.mx

de consumo de algunos alimentos, y conocer la calidad de la dieta de adolescentes de la comunidad indígena de Cuatlamayán en el municipio de Tancanhuitz de Santos, San Luis Potosí (figura 1a y 1b). Se eligió trabajar con adolescentes ya que a pesar de que es un grupo poblacional que tiene mayor demanda de energía y nutrientes, no existe un monitoreo específico de la calidad en la dieta de este sector de población lo cual es necesario ya que la deficiencia de nutrientes puede llegar a afectar el desarrollo de masa muscular, el metabolismo energético, el desempeño escolar, etc.

Se trabajó con 84 adolescentes (34 hombres y 50 mujeres) de la secundaria de la comunidad de Cuatlamayán en la huasteca potosina. Se tomaron medidas antropométricas de acuerdo a los procedimientos establecidos en el Manual de Procedimientos para Proyectos de Nutrición, del Instituto Nacional de Salud Pública. Estos valores se interpretaron de acuerdo a los criterios establecidos por la OMS. Además se aplicó a las madres de familia un cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos validado por el Instituto Nacional de Salud Pública, el cual consta de 112 reactivos que comprenden a los diferentes grupos de alimentos.

De los 84 adolescentes evaluados, el 74% estuvo dentro de valores normales, sin embargo el 6% presentó emanciación, esto quiere decir que en Cuatlamayán los adolescentes tienen un peso inferior al correspondiente para la estatura, posiblemente debido a la escases de alimentos y/o nutrientes. Además el

13% tuvo valores de Índice de Masa Corporal (IMC) es decir, riesgo de bajo peso, que los pone en riesgo de mostrar emanciación. Por otro lado se observó que el 7% se encuentra en riesgo de tener sobrepeso además de presentar la particularidad de consumir cantidades considerablemente elevadas de los llamados hidratos de carbono simples o azúcares refinadas. Además la población adolescente de Cuatlamayán casi triplica el consumo de grasa saturada. Esto refleja el consumo elevado de elementos que se encuentran presentes en la mayoría de productos industrializados como refrescos, frituras y pan, cuyo consumo en la actualidad se encuentra muy generalizado en comunidades indígenas, como la de Cuatlamayán a pesar de la dificultades que existe para su acceso, llegan y se posicionan como productos de consumo frecuente. Respecto al desarrollo fisiológico se encontró que de acuerdo con la clasificación de talla para la edad de la OMS, el 19 % presenta desmedro, lo que indica un retraso en el crecimiento producto de una deficiencia de nutrientes crónica. Además el 61% tienen riesgo de presentar desmedro y solamente el 20% tuvo un desarrollo físico adecuado. Se observó que los adolescentes de Cuatlamayán se encuentran en una transición nutricional pues cambiaron una dieta tradicional caracterizada por un bajo consumo de carbohidratos y grasas saturadas por una dieta rica en hidratos de carbono, azúcares refinadas y grasas saturadas. Esta dieta pobre se refleja en la cantidad de nutrimentos minerales ausentes en la dieta, pues casi el 90% no consumen las cantidades

de calcio recomendadas, y poco más del 85% tampoco consumen las cantidades adecuadas de hierro siendo en ambos casos mayor la incidencia de deficiencia de consumo en mujeres que en hombres.

Conclusiones

Los adolescentes de Cuatlamayán, al igual que los adolescentes en el mundo están cambiando su dieta tradicional a una dieta pobre en calidad nutrimental y rica en hidratos de carbono, azúcares refinadas y grasas saturadas. Esto se refleja en la cantidad de nutrimentos minerales ausentes en la dieta, los hallazgos obtenidos en este trabajo son un reflejo de las tendencias de consumo que existen en la actualidad y es necesario que se hagan cambios en las prácticas alimenticias puesto que en específico los adolescentes son susceptibles de padecer en edad adulta las consecuencias de una alimentación inadecuada. Este trabajo pretende contribuir a la generación de evidencia para la implementación de intervenciones

en este grupo de población (adolescentes indígenas para generar cambios a largo plazo en las condiciones de vida de esta comunidad).

REFERENCIAS

Popkin, B. (2002). An overview on the nutrition transition and its health implications: the Bellagio meeting. *Public Health Nut.*, 5, 93-103.

Allen, L. (1994). Nutritional influences on linear growth: a general review. *Eur J Clin Nutr.*, 48, 75-89.

Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (CONEVAL). Informe de pobreza y evaluación en el estado de San Luis Potosí. México, D.F. 2012. Recuperado en mayo de 2015 de http://www.coneval.gob.mx/coordinacion/entidades/Documents/Informes%20de%20pobreza%20y%20evaluación%202010-2012_Documentos/Informe%20de%20pobreza%20y%20evaluación%202012_Puebla.pdf

Shamah, L. T., Villalpando, H. S., & Rivera, D. J. (2006). Manual de procedimientos para proyectos de nutrición. México. Recuperado en mayo de 2015 de http://www.salud.gob.mx/unidades/cdi/documentos/proy_nutricion.pdf

OMS. Child growth standards: length/height-for-age, weight-for-age, weight-for-length, weight-for height and body mass index-for-age: methods and development 2006. Recuperado en mayo de 2015 de www.who.int/childgrowth/en



Figura 1a. Talleres en Cuatlamayán, San Luis Potosí.



Figura 1b. Talleres en Cuatlamayán, San Luis Potosí.