RESUMEN EDITORIAL

Por: Dra. C. Rebeca Monroy Torres
Directora Editorial y fundadora de la revista

Los nutrimentos y su importancia en la salud, son muchos los que participan y, una edición no sería suficiente para agotar su difusión y función, por lo que esta edición y las que sigan, estará dedicada a fomentar la importancia de los diferentes nutrimentos y su papel vital en el organismo, de forma que podamos lograr justificar cada una de las diferentes recomendaciones, a las que nuestros lectores, probablemente se encuentren familiarizados. Desde el consumo de soya, que tiene tiempo que conocemos que es importante su consumo, y le hemos dedicado en ediciones pasadas un espacio para ver sus diferentes formas de consumirla y la importancia, por lo que damos inicio a la edición con el artículo titulado ***Fitoestrógenos y su papel en el ciclo hormonal de la mujer adulta***, donde los autores abordan, el estatus en que se encuentra la evidencia científica en torno al consumo de fitoestrógenos, derivados de alimentos considerados funcionales como la soya. Los fitoestrógenos como su nombre lo indica, son estrógenos provenientes de las plantas, en este caso de la soya. Sabemos que los estrógenos son unas hormonas, que cumplen funciones importantes y diversas en la mujer, entre ellas, el ciclo menstrual. Pero las dosis y cantidad de soya a consumir, es algo que se señala en este artículo, por lo que esperemos les sea de interés.

Dejando por un momento a los fitoestrógenos, la soya también es fuente importante de proteínas, al igual otros alimentos, considerados ancestrales, como son los insectos, por lo que el título de otro de los artículos ***Los insectos como complemento en la dieta***, ofrece el papel que tuvo el consumo de los insectos y lo que puede seguir ofreciendo como fuente de proteína, algunos como los gusanos de maguey, jumiles, hormigas, chapulines, etc. Los cuáles fueron bien aceptados por los pueblos indígenas. Los insectos son una fuente importante de proteínas de origen vegetal, que en cantidad lograr tener más que otra fuente de alimentos como la carne, además de requerir poco insumo de alimento los insectos para generar esta fuente de proteína. Pero al igual que sucede en el artículo de ***La alimentación en el medio rural***, donde se ofrece una experiencia de campo durante el servicio social de la alumna y ahora Licenciada en Nutrición Gabriela Vásquez Ruiz, quien a través de la investigación, documentó los hábitos de alimentación de una población rural, la cual describe y concluye, que muchos de los cambios en la alimentación obedecen a una difusión intensa (televisión) hasta lograr entrar en los hogares y fomentar su consumo, pero también son muestra de un cambio de identidad, de dejar de ser por ejemplo indígenas o población que no aspira a tener más que alimentos básicos, como mal se les han denominado. Para ello se debe buscar legitimar el valor real de los alimentos regionales y poco lo de índole industrializado, sin caer en los extremos. Para ello se presenta el artículo ***Alimentos procesados ¿pueden ser alimentos de calidad nutrimental?***, de forma que se brinde una explicación del origen y papel de estos alimentos en el mercado, que como todo lo que se genera con el tiempo, obedece a una necesidad, a una forma de facilitar la vida de las personas, pero es importante que los alimentos industrializados, sean eso, un apoyo en nuestra alimentación pero no un reemplazo de los hábitos de alimentación basados en la preparación en casa y por ende la convivencia familiar.

El apartado de noticias, en el que compartimos los eventos y actividades más importantes, de forma que podamos dar a conocer qué se hace para promover espacios saludables, en nuestra población desde la más desprotegida hasta quienes han tenido la voluntad e iniciativa de aprovechar los espacios educativos.

Finalmente estimada y estimado lector, esperemos les sea de interés y agrado los temas y el equipo editorial estaremos atentos a que nos puedan sugerir temáticas así como extender preguntas que permitan extender los contenidos de los temas de los artículos, por lo que pueden escribirnos desde la página de facebook REDICINAySA o al correo redicinaysa@ugto.mx