

1. RESUMEN EDITORIAL

Te presentamos nuestra edición titulada “Los antioxidantes y el cuidado de la salud”, y para ello, comenzamos con un alimento además de milenario, es reconocido por sus propiedades nutrimentales y considerados funcionales, el artículo titulado “PROPIEDADES FUNCIONALES DEL CACAO (THEOBROMA CACAO) Y AGUACATE (PERSEA AMERICANA)” se comparte todo acerca del cacao, como alimento que forma parte de la biodiversidad de México y de su cultura alimentaria con la gran variedad de platillos por temporada y festividad. Además, los autores abordan el significado de un alimento funcional y su origen.

Además del cacao, se aborda una fruta de importancia por su contenido nutrimental y su actividad económica derivado a la producción de vino, por ello el artículo “LA UVA Y SUS PROPIEDADES NUTRIMENTALES” menciona la importancia de su consumo y su contenido del compuesto resveratrol que a bajas dosis tiene beneficios cardiovasculares y neuroprotectores, por su potencial antioxidante pero que su exceso hace que se pierdan estos beneficios. Una reflexión la importancia que tiene un consumo moderado de todos aquellos alimentos considerados funcionales o con beneficios potenciales.

Conocer las propiedades de varios alimentos, se potencializa cuando podemos aplicarlo para lograr beneficios a la salud y cuando hablamos de la infancia, estos beneficios se multiplican más. “ESTILOS DE CRIANZA SALUDABLES PARA EL DESARROLLO DE LA INFANCIA”, muestra un resumen de la evidencia que demuestra que el estilo de crianza parental responsable impacta en el desarrollo de hábitos de alimentación saludables desde la infancia y por ello es importante que los padres y cuidadores puedan tener acceso a este tipo de información. La base es clave en la vida de todo ser humano y la alimentación comienza en estas etapas. Hay que educar en salud para que esta importe.

“CONSUMO DE FRUTAS Y VEGETALES CON ALTA CAPACIDAD ANTIOXIDANTE EN ZONAS DE ALTA MARGINACIÓN” se comparten los resultados sobre la cantidad de frutas y verduras, con alta capacidad antioxidantes, disponibles y consumidas por los pobladores de Suchitlán y cofradía de Suchitlán (zonas de alta marginación del estado de Colima). Sabemos que la mayoría de las poblaciones, aunque tengan acceso a alimentos con alto potencial nutritivo no siempre están accesibles o disponibles, por lo que promover su consumo e importancia de estos alimentos por sus beneficios en la prevención de enfermedades como el cáncer, fue una contribución de los autores.

Finalmente te dejamos nuestro apartado de noticias para este bimestre.

Dra. C. Rebeca Monroy Torres. Directora Editorial.