

# REDICINAySA

Revista de Divulgación Científica de Nutrición Ambiental y Seguridad Alimentaria



VOL. 5, N. 1  
ENERO-FEBRERO 2016



*Celebrando a  
los y las Nutriólogas de México*

# DIRECTORIO

## REDICINySA® UNIVERSIDAD DE GUANAJUATO

### DIRECTORIO INSTITUCIONAL

**Dr. Luis Felipe Guerrero Agripino**  
Rector General

**Dr. Héctor Efraín Rodríguez de la Rosa**  
Secretario General

**Dr. José Luis Lucio Martínez**  
Secretaría Académica

**Mtro. Jorge Alberto Romero Hidalgo**  
Secretario de Gestión y Desarrollo

**Dr. Mauro Napsuciale Mendevil**  
Director de Apoyo a la  
Investigación y al Posgrado

**Dr. Carlos Hidalgo Valdez**  
Rector del Campus León

**Dr. Tonatiuh García Campos**  
Director de la División de Ciencias  
de la Salud

**Dr. Gabriel Cortés Gallo**  
Director del Departamento de Medicina  
y Nutrición

### COMITE EDITORIAL

**Dra. C. Rebeca Monroy Torres**  
Directora Editorial y fundadora,  
Universidad de Guanajuato,  
OUSANEG A.C.

**MIC. LN. Susana R. Ruiz González**  
Coeditora, Universidad de Guanajuato  
OUSANEG A.C.

**Dr. Benigno Linares Segovia**  
Universidad de Guanajuato,

**Dra. Diana Carolina Jaimes Vega**  
SAMBI, Colombia

**Dra. María de la Cruz Ruíz Jaramillo**  
Hospital General Regional de León

### APLICACIÓN Y DESARROLLO INFORMÁTICO

**Ing. Maribel Alcántara Núñez**

### CONSEJO EDITORIAL

**Dra. Ana Karina García Suárez**  
Universidad de Guadalajara

**Dra. Vidalma del Rosario  
Bezares Sarmiento**  
Universidad de Ciencias y Artes  
de Chiapas

**Dra. María Monserrat López Ortíz**  
Universidad de Guanajuato

**Dra. Adriana Caballero**  
Universidad de Ciencias y Artes  
de Chiapas

**Dr. Roberto Sayavedra Soto**  
Facultad de Ciencias UNAM

**Mtro. Jhon Jairo Bejarano Roncancio**  
Universidad Nacional de Colombia

**Dra. Gloria Barbosa Sabanero**  
Universidad de Guanajuato

**Dr. Jaime Naves Sánchez**  
UMAE-IMSS T48 OUSANEG

**Dra. Ivy Jacaranda Jasso Martínez**  
Universidad de Guanajuato

**Dr. Daniel Tagle Zamora**  
Universidad de Guanajuato

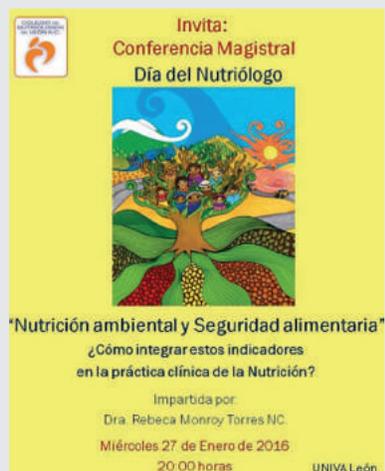
**Dr. Luis Humberto López**  
Universidad de Guanajuato

### DISEÑO

**L.D.G. Ana Fabiola Palafox García**

REVISTA DE DIVULGACION CIENTÍFICA DE NUTRICION AMBIENTAL Y SEGURIDAD ALIMENTARIA, Vol. 5, No. 1, Enero-Febrero de 2016, es una publicación electrónica, bimestral, editada por la Universidad de Guanajuato, Lascaráin de Retana No. 5, Zona Centro, Guanajuato, Gto., C.P. 36000, a través del Departamento de Medicina y Nutrición, de la División de Ciencias de la Salud, Campus León en colaboración con el Observatorio Universitario de Seguridad Alimentaria y Nutricional del Estado de Guanajuato. Dirección: 20 de Enero 929, Col. Obregón, León, Guanajuato, México, C.P. 37320. Tel. (477) 2674900, ext. 4653, <http://www.redicinaysa.ugto.mx/>. E-mail: [redicinaysa@ugto.mx](mailto:redicinaysa@ugto.mx). Directora Editorial: Dra. C. Rebeca Monroy Torres. Reservas de Derechos al Uso Exclusivo: 04-2012-121911503400-203 e ISSN: 2007-6711, ambos en trámite y otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor. Responsable de la última actualización de este número, Coordinación de Sistemas y Servicios Web por la Ing. Maribel Alcántara del Departamento de las Tecnologías de la Información de la División de Ciencias de la Salud, Campus León, de la Universidad de Guanajuato. Las opiniones expresadas por los autores no necesariamente reflejan la postura del editor de la publicación. Queda estrictamente prohibida la reproducción total o parcial de los contenidos e imágenes de la publicación sin previa autorización de la Universidad de Guanajuato.

# CONTENIDO



**REDICINAySA®**  
UNIVERSIDAD DE GUANAJUATO

- 4** **INTRODUCCIÓN EDITORIAL**  
Rebeca Monroy Torres
- 5** **Resumen editorial**  
Mtro. Jhon Jairo Bejarano Roncancio
- 6** **Reflexionar sobre la alimentación y el cuerpo: un ejercicio para las y los nutriólogos**  
Sara Elena Pérez Gil Romo  
Gabriela Romero Juárez
- 10** **La alimentación y el papel del nutriólogo en chiapas**  
Alfredo Pérez Jácome,  
Leónides Elena Flores Guillen
- 14** **Estado nutricional de la población infantil en la frontera norte**  
Octelina Castillo Ruiz
- 17** **Perspectiva alimentaria y nutricional en el estado de colima**  
Alin Jael Palacios Fonseca  
Karla Berenice Carrazco Peña
- 21** **Los nutriólogos: más allá de una dieta**  
Rebeca Monroy Torres
- 25** **El día de la nutrióloga y del nutriólogo: 27 de enero 2013**  
Sara Elena Pérez Gil
- 31** **Retos de los nutriólogos en la sociedad actual**  
Barbara Vizmanos Lamotte
- 36** **NOTICIAS**
- | **El Colegio de Nutriólogos de León, celebra el día del Nutriólogo**
  - | **Se continúa con el programa SECINyA (Programa de Alfabetización de la Nutrición y la Alimentación a través de la Divulgación de la Ciencia)**
  - | **Diplomado en Ecotoxicología**
  - | **Se invita al evento de Clausura del Programa Rotatorio de Estancias y Prácticas Profesionales (PREPP)**
- Comité Editorial REDICINAySA



► Fuente: <http://cdn2.hubspot.net/hubfs/287524/NutriBlog.png>

## INTRODUCCION EDITORIAL

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

**E**n esta edición estamos de manteles largos, como decimos en México, con motivo de la próxima fecha a la celebración del *día del nutriólogo* (27 de enero) en México a Nivel Nacional, fecha que se celebra desde 1975, en que se instala de forma oficial la celebración, para lo cual se ha preparado una edición especial para recordar y dar a conocer el verdadero que hacer del y la **Licenciada en Nutrición** en México. Los diferentes apartados de la revista han quedado integrados en esta edición de festejo:

- *Nutrición ambiental y seguridad alimentaria*
- *Tips saludables*
- *Política y economía*
- *Investigación y ciencia*

El contenido e información de esta edición esperamos resulte de mucho interés y utilidad para nuestros lectores, de forma que puedan identificar al profesional de la **nutrición** como alguien que brinda algo más que una dieta o un tratamiento para la obesidad. Para ello hemos invitado y seleccionado a nutriólogas y nutriólogos de diferentes universidades del país, así como a otros grandes profesionistas que han y siguen contribuyendo a la nutrición que sólo les falta contar con el título. A todos y cada uno de nuestros autores, un merecido reconocimiento y agradecimientos para que esta edición se lograra y llegara a nuestros y nuestras lectoras. Ahora sólo quedará esperar que cumpla la edición con el propósito: *celebrar, recordar y reconocer a los nutriólogos y las nutriólogas de México.*

## RESUMEN EDITORIAL

### El día del nutriólogo ¿Qué nos gustaría celebrar a los profesionales de la nutrición?

**Jhon Jairo Bejarano Roncancio** (invitado especial a la Revisión de la Edición). Nutricionista-Dietista, especialista en Gerencia de Servicios de Salud, Magister en educación, candidato a doctor en nutrición, coach ontológico, profesor titular. Departamento de Nutrición Humana, Facultad de Medicina, Universidad Nacional de Colombia, Sede Bogotá D. C. Carrera 30, núm. 45-03, Ciudad Universitaria, edificio 471. Facultad de Medicina, Departamento de Nutrición Humana, Oficina 536. Correo electrónico: jjbejaranor@unal.edu.com

La Nutrición en América Latina discretamente se ha abierto un espacio hasta llegar a un juicio de maduración, no fácil por las características regionales de desigualdad, pobreza y exclusión, pero sí con interesantes resultados en diferentes contextos políticos, sociales, educativos y de regulación. Inicialmente el profesional nutricionista fue limitado a los servicios hospitalarios y las escuelas universitarias concentraban su formación en esta área del desempeño, paralelo a un perfil pedagógico-comunitario, pero en las tres últimas décadas la profesión ha tomado un impulso trascendental, tristemente segmentado por el comportamiento alimentario que modificó fuertemente la composición corporal en escolares, adolescentes y adultos jóvenes, lo cual ha permitido su intensa actividad técnica.

Sumado al sobrepeso, la obesidad y la doble carga están las comorbilidades de esta epidemia que incrementó los costos sanitarios y mantiene un preocupante panorama socio-económico por la fuerza laboral comprometida. Por esta coyuntura, la gestión de los nutricionistas se tradujo en la formulación y gerencia de planes, programas y proyectos, la participación en de-

cisiones políticas con un propósito fundamental, el mejoramiento de la calidad de vida desde la seguridad alimentaria y nutricional de los hogares, que no solo involucra acciones en el consumo responsable y la promoción de estilos de vida saludables, sino en toda la cadena alimentaria y los procesos y recursos que conlleva el alimentarse adecuadamente.

Esta es una primera celebración como profesión, una visibilidad reconocida con disciplina y sobre todo por competir con un discurso basado en evidencia. Sin embargo, falta abonar a un terreno permeado de paradigmas comerciales que compiten con nuestra reflexión epistemológica. Por eso cada nutricionista debe celebrar con mérito, el aporte al tejido social y repensar la sinergia con el medio ambiente. Pero, los grandes logros se proyectan con metas definidas, por ejemplo la formación académica continua, la participación en investigación y la formalización a través de la divulgación como la publicación científica. Finalmente, nos gustaría celebrar cómo nuestra noble labor da mérito para que el derecho a la alimentación haga parte de un proceso de paz con equidad.

*¡Feliz día del nutriólogo!*

# Reflexionar sobre la alimentación y el cuerpo: un ejercicio para las y los nutriólogos

Sara Elena Pérez Gil Romo\*, Gabriela Romero Juárez\*\*

## Palabras clave:

Cuerpo, alimentación, cultura.

En el presente trabajo se discute acerca de la complejidad del acto de comer y de las regulaciones de los comportamientos corporales desde la visión médica-nutricional, donde se ha producido, tal y como lo argumenta Esteban, *el mayor número de definiciones y criterios de actuación acerca de lo que es sano y lo que es patológico, lo normal, y lo anormal y sobre lo ideal, en cuanto al peso, y la imagen, la alimentación y la actividad física.*

Comer, es sin lugar a dudas, un hecho sociocultural y biológico. Es un acto universal, *natural*, cotidiano, se necesita comer y para ello los seres humanos procuran alimentarse. Sin embargo, la comida, *no solo se usa para comer*, sino que a lo largo y ancho del planeta varios grupos humanos coinciden al menos en alrededor de veinte prácticas usuales, entre las que destacan, iniciar y mantener relaciones personales y de negocios, expresar amor y cariño, demostrar la pertenencia a un grupo, señalar el estatus social, prevenir enfermedades, manifestar riqueza, entre otras. Cabe subrayar que la mayoría de estas prácticas se asocian

con las relaciones sociales y *no hay evento alimentario sin comensal, sin comida, y sin que ambos estén situados en una sociedad determinada y en un tiempo específico que designan a uno como comensal y a la otra como comida.* Lo que rodea al acto de comer, a la comida y a la comensalidad es complejo.

Pero ¿qué sucede en la sociedad contemporánea? Aparentemente de acuerdo con Contreras, nunca se había sabido tanto sobre los alimentos como ahora. Los avances en nutrigenómica, nutrigenética, composición de alimentos, funciones, efectos de los nutrimentos sobre el organismo, alimentos transgénicos, entre muchos otros conocimientos, son relevantes, y consecuencia de lo anterior es que ahora las y los especialistas en nutrición pueden recomendar *con precisión* qué alimentos y qué cantidades se deben comer, porque la alimentación se ha ido concibiendo como *problemática* y los discursos nutricionales en *fábricas de moralidad*, prevaleciendo lo que se ha denominado *normatividad dietética* aunado a una *exagerada prescripción de normas alimentarias.*

\* Investigadora, Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán. Profesora de la Licenciatura de Nutrición Humana, Universidad Autónoma Metropolitana, Unidad Xochimilco. Correo electrónico: seperezgil@yahoo.com.mx

\*\* Investigadora, Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán. Correo electrónico: micropollit@gmail.com



► Fuente: [http://static1.diabetesbienestarysalud.com/wp-content/uploads/2008/12/metabolismo\\_comida\\_saludable.jpg](http://static1.diabetesbienestarysalud.com/wp-content/uploads/2008/12/metabolismo_comida_saludable.jpg)

Comer sano, comer correctamente, o comer saludable son exhortaciones que en el momento actual forman parte del discurso médico y están presentes como una preocupación más en la sociedad contemporánea; podría afirmarse que los temas de alimentación y nutrición son los substanciales en la actualidad y el dilema entre comer y no comer está latente, aunque no debe olvidarse, que no todos pueden comer, ni seguir las recomendaciones médicas, pues incluso en países con producción suficiente de alimentos, como México, muchos no tienen acceso a éstos. Lo anterior permite reflexionar en que el acto de comer, como se mencionó al principio, no es tan *natural*, y el hecho de que se deba comer para vivir, no garantiza que se pueda, se sepa o se desee comer. Todas las culturas cuentan con sistemas prácticos de clasificaciones que señalan qué cosa es comida y qué no lo es, qué, cuándo y con quién se debe comer y las redes de significaciones inscritas en todo el proceso alimentario, que van desde la selección de los alimentos hasta su ingestión, cantidades, horarios, festividades y acontecimientos.

Ahora bien, así como el acto de comer, quién puede comer y qué, y las diferentes clasificaciones que existen sobre los alimentos son establecidos culturalmente, en un tiempo y espacio determinados, el cuerpo y la preocupación por éste, también lo son. Comer demasiado, comer poco o no comer nada, revisten múltiples significados sociales y psicológicos más allá de lo nutricional, y como lo expresó Gilbert en 1986, definir qué es comer mucho o poco, no es tan simple, pues *es coloreado por la subjetividad y delimitado por la cultura*. Sobre este punto, son varios los autores que coinciden en que siempre ha existido una profunda ambivalencia de las representaciones de gordura y de delgadez que han influido en los comportamientos alimentarios.

Es importante recordar que en cualquier cultura el cuerpo está íntimamente ligado a lo social y al momento histórico que se vive, y las últimas décadas del siglo XX y principios del XXI se han caracterizado por un culto desmedido al cuerpo. En el caso particular de México, el sobrepeso y la obesidad constituyen,

según los datos de la *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de 2012*, uno de los principales problemas de salud pública, y otros trastornos como la anorexia y bulimia, comienzan a aumentar. No es pretensión de este trabajo profundizar en la magnitud y distribución de esta problemática, sino poner sobre la mesa de discusión algunos temas que desde la mirada biomédica son poco abordados.

Vigarello señala que cuando la *ciencia médica* consolidó otro *saber* diferente al popular, la obesidad entró en su *período científico*, sometida a experiencias, cálculos, explorada por la química, la fisiología y transformada en campo de estudio. Por otro lado, la anorexia nerviosa, descrita desde 1689 por Morton y clasificada como un trastorno étnico es caracterizada en el momento actual por un anhelo a la delgadez relacionado con la *lipofobia*, la satanización de la obesidad y de ciertos alimentos, el ejercicio físico excesivo, la industria productora de agentes y servicios adelgazantes, la publicidad, la progresiva exhibición del cuerpo y la moda, entre otros. Es decir, el ideal de belleza se ha ido transformando por el contexto social y cada vez es más difícil de alcanzar. La presencia de una preocupación exagerada por la apariencia corporal y en consecuencia por los alimentos, es hablar de la existencia de una preocupación para que los alimentos no alimenten.

El fuerte impacto que ejercen los medios masivos de comunicación, la promoción del ideal de belleza y de éxito como el equivalente a estar delgado apoya la cultura de la delgadez. Es decir, se vive la *disciplinización de los cuerpos*, pero con una doble faceta, por un lado, se potencializa el consumo y, por el otro, se fomenta el autocontrol y la disciplina. En México, al igual que muchos países, tanto

hombres como mujeres están influidos de manera distinta en cuanto a su cuerpo e imagen corporal y esto se relaciona, entre otros factores, con la definición de lo femenino y masculino, donde la belleza está más asociada a lo femenino y la fuerza a lo masculino. Analizar esta situación con una perspectiva de género sería conveniente.

Lo expresado hasta aquí, remite necesariamente al inicio de este texto, esto es, a las regulaciones, normas, recomendaciones y prescripciones médicas-nutricionales. Las cifras relativas a la obesidad y al sobrepeso dan lugar a que se hable de *epidemia* y de la necesidad de tomar medidas urgentes para tratarla y prevenirla, entre las que destacan la proliferación de guías de orientación alimentaria dirigidas a la población. Se resalta la importancia de la relación entre alimentación y salud y de la necesidad de mantener una *dieta prudente* o una *dieta adecuada* y/o tener un *estilo de vida saludable*. Sin embargo, aquellas y aquellos interesados en este tema, saben que el tratamiento de la obesidad es difícil y que *se suele enmarcar en procesos caracterizados por el fracaso y la decepción*. Aunado a esto, la proliferación de tratamientos que engañan a las personas que padecen sobrepeso y obesidad son innumerables.

Ante esta situación, vale la pena detenerse y preguntar cuál es el papel que desempeñan las y los nutriólogos en esta problemática, pues por una parte, las recomendaciones giran en torno a la moderación, la variedad y el equilibrio, y por la otra, la industrialización y la relativa accesibilidad alimentaria en ciertos sectores que no han supuesto para la salud todo lo que cabía esperar. Datos derivados de una investigación realizada para conocer la identidad profesional del nutriólogo en la

Universidad Autónoma de Querétaro, muestran, entre otros hallazgos, lo siguiente: el plan de estudios hace un marcado énfasis en la nutrición como ciencia experimental de aplicación clínica y los estudios relacionados con los alimentos se refieren mayormente a su composición química y sus aspectos funcionales. Los alimentos son los principios fundantes que identifican y distinguen al personal de nutrición, tanto objetos de la educación, como vehículos de nutrimentos y manifestaciones de la cultura. La/el licenciada/o en nutrición, *no solo hace dietas, sino que evalúa el estado de nutrición, diagnóstica y con base en ese diagnóstico diseña planes alimentarios con fundamento científico*. Otro estudio resalta la consulta en nutrición enfocada al tratamiento de la obesidad bajo *recomendación/obligación del médico* o con fines de belleza como una de las prácticas dominantes en el 65% de los egresados. En resumen, la consulta nutricional llega a constituir una de las prácticas distintivas de la profesión: el control del peso y de la figura, sobre todo de mujeres, y la prescripción dietética son algunos de sus componentes esenciales. Y por lo que respecta a la población, el acto de pesarse, de saber qué y cuánto comer se han convertido en una preocupación dominante sobre la que habría que reflexionar.

► Fuente: <http://www.chicasactuales.com/wp-content/uploads/2015/07/trastornos-alimenticios.jpg>

Por último, los trastornos de la alimentación se plantean como un reto de salud y el trabajo del profesionista de la nutrición sin lugar a dudas es relevante en el diagnóstico, prevención y tratamiento de estos padecimientos. No obstante, hay que concederle a la cultura un lugar preponderante como determinante de la conducta alimentaria, pues los alimentos no son simples vehículos de nutrimentos, sino que forman parte del comportamiento alimentario, y de todas las actividades humanas, la alimentación es la que cabalga de un modo más desconcertante sobre la línea divisoria entre naturaleza y cultura.

## REFERENCIAS

- Esteban, M. Antropología del cuerpo. Género, itinerarios corporales, identidad y cambio. Barcelona: Edicions Bellaterra, 2004.
- Baas, M., Wakefield, L., Kolasa, K. Community nutrition and individual food behaviour, Minnesota. Burgess Publ. 1979: 154-55.
- Aguirre, P. Ricos flacos y gordos pobres. Buenos Aires: Capital Intelectual SA, 2010.
- Contreras, J. Alimentación y cultura. Necesidades gustos y costumbres. Barcelona: Publicacions Universitat de Barcelona, 1995.
- Gracia, M. Fat bodies and thin bodies: Cultural, Biomedical and Market Discourses on Obesity. *Appetite*. 2010, 55:219-25.



## La alimentación y el papel del nutriólogo en Chiapas

Alfredo Pérez Jácome\*, Leónides Elena Flores Guillen\*\*

**Palabras clave:**

Alimentación, nutriólogo, Chiapas.



*Chiapas debió surgir del mar,  
[REDACTED] ebrio de espuma  
Cantó a Chiapas, Enoch Cancino Casahonda*

► Fuente: <http://www.elconstituyente.mx/wp-content/uploads/2015/11/Top-5-de-los-lugares-más-visitados-en-Chiapas.jpg>

El Estado de Chiapas es una de las 32 entidades federativas de la República Mexicana, está ubicado geográficamente al extremo sureste del país en la frontera con Guatemala; con una superficie de más de 70 000 kilómetros cuadrados ocupa el octavo lugar en extensión territorial, mientras que, por el volumen de su

producción agrícola, ocupa un sitio destacado por la producción de café, maíz y mango que abastece el mercado local y nacional. Chiapas posee varios de los destinos turísticos más importantes de México como zona arqueológica de Palenque, que atrae a una cantidad muy importante de turistas cada año.

\* Médico familiar, profesor investigador de tiempo completo Titular B. Ingreso a la Facultad como docente en agosto 1986. Fundador del Observatorio Universitario en Seguridad Alimentaria y Nutricional en Chiapas.

\*\* Licenciada en Nutrición, profesor investigador de tiempo completo Asociado B. Ingreso a la Facultad como docente en febrero 2001. Fundadora del Observatorio Universitario en Seguridad Alimentaria y Nutricional en Chiapas.

Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas, Facultad de Ciencias de la Nutrición y Alimentos, Licenciatura en nutriología. Tel.: 9616170440 ext. 4260). Correo electrónico: peja\_53@yahoo.com.mx; elegui\_flo@hotmail.com

En Chiapas existen los pueblos indígenas Tseltal, Tsotsil, Ch'ol, Tojol-ab'al, Zoque, Chuj, Kanjobal, Mam, Jacalteco, Mochó, Cakchiquel y Lacandón o Maya Caribe; 12 de los 62 pueblos indios reconocidos oficialmente en México. La diversidad geográfica y ecológica de Chiapas permitió a los pueblos originales reunir una experiencia alimentaria que llega a nuestros días, así podemos observar en el cultivo del frijol y sus diversas preparaciones que van desde el proceso de deshidratación por calor al comal y molido para elaborar el pinol, tascalate o su consumo por molido fresco, después de la nixtamalización para elaborar diversos tipos de masa y confeccionar tortillas, tostadas, bebidas (pozol blanco fresco y agrio, pozol con cacao y atole. Así mismo una amplia diversidad de tamales en combinación con leguminosas tales como el tamal de toropinto.

Entre las verduras y hortalizas sobresale la calabaza, chilacayote, chile, chaya que han aportado a la actualidad elementos simbólicos, festivos, litúrgicos, civiles tal como se ve en la región zoque de Chiapa de Corzo.

Por sus características poblacionales, el estado de Chiapas presenta un amplio mosaico cultural que se refleja en la alimentación y que responde también a la diversidad de los entornos geográficos y económicos desde la alimentación a base de productos marinos hasta la alimentación resultado del proceso del mestizaje que comprende embutidos y productos lácteos y derivados de las culturas prehispánicas, sin embargo en la actualidad esta diversidad alimentaria se ha visto alterada por los procesos de transculturación resultantes del fenómeno de globalización.

Según el *Consejo Nacional para la Evacuación* (CONEVAL) en el año 2014, con base a la Encuesta Nacional de Ingresos y Gasto de Hogares, la distribución de la pobreza en la población de Chiapas se conforma de 15.3% de la población vulnerable por carencia social, 2.5% en pobreza de ingresos, en situación de pobreza 76.2% y en pobreza extrema 31.8%. Considerando el criterio de ingreso el 78.7% de la población se encuentran con ingresos inferiores a la línea de bienestar.

En relación a los efectos de estos determinantes, la *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012* señala que los menores de cinco años presentan una prevalencia de 8.4% en bajo peso, 31.4% en talla baja, 2.4% en emaciación y 8.3% en sobrepeso y obesidad. Las diferencias según población urbana y rural son notables para esta última, que presenta una mayor prevalencia de bajo peso (11.5%), de talla baja de 44.2%, de emaciación de 2.6% y de sobrepeso y obesidad de 6%.

Por su parte, la población adolescente presenta una prevalencia de sobrepeso del 22.9% predominando en el sexo femenino con 22.2%; y de obesidad de 6%, predominando en el sexo masculino con 6.1%. No obstante, al analizar las prevalencias totales el sobrepeso y la obesidad son más altas en el sexo femenino (36.1%).

En contraste, la anemia presenta una mayor prevalencia al promedio nacional con 8.7% de la población adolescente, mucho menor que en la edad de 1 a 4 años que corresponde a 25.4%.

### La situación de la alimentación

Según datos de la Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de Hogares (ENIGH) 2014

el gasto en alimentos en México según el tipo de nutrientes reporta que el 2.6% se destina a alimentos ricos en proteínas de origen vegetal (Frijoles, lentejas, habas, chicharos, garbanzos, entre otros), el 15% a alimentos ricos en vitaminas y minerales (Frutas y verduras), el 35.3% a alimentos ricos en hidratos de carbono (Maíz, arroz y trigo, aceites) y el 47% alimentos ricos en proteínas de origen animal (carnes, huevo, leche, queso y crema). A nivel estatal no se encuentra disponibilidad de datos; sin embargo, por los Principales resultados de la encuesta de ingresos y gastos de los hogares para Chiapas 2010, se sabe que en el estado la población destina el 41.3% de sus ingresos a la compra de alimentos, bebidas y tabaco; la mayor inversión pertenece a la compra de carnes y cereales con el 24 y 23% respectivamente, seguido de la compra de verduras, leguminosas y semillas a las que se invierte el 15% del recurso destinado a la alimentación. De acuerdo a la percepción de la población, el 82% presenta seguridad alimentaria, cifra que se ubica por encima de la prevalencia nacional de inseguridad alimentaria que es del 70%, de igual manera, la clasificación a nivel estatal también es mayor, así, el 43.4% de la población en Chiapas considera encontrarse en inseguridad leve, 24.1% en inseguridad moderada y 14.9% en inseguridad severa.

### Universidad y la formación de los profesionales de la nutrición

Chiapas se ha caracterizado por ser un Estado de altos contrastes, se destacan entre ellos lo relativo a la educación, salud y alimentación. Respecto a la educación superior, la Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas (UNICACH) remonta sus orígenes a 1945 según el decreto número 32 del 31 de enero de 1945, sin embargo, es hasta 1981 en donde inicia el papel de institución de educación superior. Dentro de los

programas se desarrolla el de la Licenciatura en Nutrición iniciando sus labores en septiembre de 1982, cuyo currículo tiene un fuerte sustento en las acciones de los Doctores Rafael Ramos Galván del Instituto infantil de México, Quintín Olascoaga del Instituto nacional de cardiología, así mismo, las experiencias de las primeras instituciones en la formación profesional de nutriólogos en México como las Universidades Iberoamericana, de Veracruz, Nuevo León, de Colombia en Suramérica (Pontificia Universidad Javeriana en 1952 y Universidad de Santander en 1960) y la Universidad de Harvard en Estados Unidos.

Durante su funcionamiento se han formado recursos humanos a través de cinco planes de estudios, se han sumado programas de posgrado como la maestría en alimentación nutrición y dos programas más de licenciatura como gastronomía y la licenciatura en ciencias y tecnología de los alimentos, para dar respuesta a la compleja problemática del proceso alimentario nutricio.

Los Licenciados en nutrición según un estudio realizado por UNICACH en 2007, se están desarrollando principalmente en instituciones públicas en un 79%, en el sector privado el 13%, en Organizaciones No Gubernamentales (ONG) el 4% y asociaciones civiles el 4%; de los que están en instituciones públicas el 47% está en el área de la salud, 13% en el área educativa, el 6% en el comercio y el 33% en otras áreas como ONG que atienden en el área de nutrición en comunidades rurales e indígenas.

Las instituciones donde se encuentran laborando principalmente con el 27% es el Instituto de salud, el 23% en la Secretaria de desarrollo social (SEDESOL), el 11% en el Hospital General regional y el 7% en la UNICACH.

Esta aproximación, resultado del estudio de egresados, permite identificar la congruencia entre el campo profesional y el perfil de egreso de los nutriólogos en Chiapas y que se expresa como a continuación se cita:

**Perfil de egreso:** Evaluar el estado nutricional a nivel individual o colectivo en la población rural o urbana, estatal, nacional e internacional; con el propósito de prevenir, diagnosticar, tratar y/o rehabilitar a los sujetos de dichos ámbitos, aplicando la metodología de investigación apropiada. Administrar sistemas de monitoreo y vigilancia epidemiológica, programas de educación alimentaria, conservación y servicio de alimentos en el ámbito nacional e internacional. Proponer alternativas viables que incidan en la seguridad alimentaria nutricional a nivel nacional e internacional, desde los ámbitos de disponibilidad, accesibilidad, comportamiento alimentario, saneamiento ambiental y utilización de los nutrientes de acuerdo a su competencia profesional. Dialogar en forma clara, precisa y propia en español e inglés en aspectos relacionados con la disciplina y a través de medios cibernéticos. Manifestar sensibilidad social en el campo laboral nacional e internacional en que se desempeñe, actuando con el respeto, honestidad y ética profesional que deben caracterizar a los profesionistas. Participar activamente en equipos de trabajo interdisciplinario y multidisciplinario en ámbitos nacionales e internacionales al investigar, gestionar, planear, ejecutar y evaluar proyectos y programas sobre seguridad alimentaria.

Actualmente la interacción educativa de los programas de nutriología, gastronomía y la ciencia y tecnología de alimentos ha identificado la necesidad del abordaje integral de la alimentación en Chiapas a fin de mantenerla inocuidad alimentaria, el aprovechamiento biológico de los alimentos y su comprensión desde el punto de vista sociocultural e histórico, redimensionando el papel de estos profesionales en el complejo proceso de alimentación nutrición en Chiapas.

## REFERENCIAS

- Gutiérrez, J. P., Rivera-Dommarco, J., Shamah-Levy, T., Villalpando-Hernández, S., Franco, A., Cuevas, Nasu L., Romero-Martínez, M., Hernández-Ávila, M. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012. Resultados Nacionales. Cuernavaca, México: Instituto Nacional de Salud Pública; 2012.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). Resultados de la Encuesta Nacional de Ingresos, Gastos y Hogares 2014, 16 de julio 2015, Aguascalientes, Aguascalientes. Consultado: Diciembre de 2015. Disponible en: [www.inegi.org.mx/saladeprensa/boletines/.../especial2015\\_07\\_3.pdf](http://www.inegi.org.mx/saladeprensa/boletines/.../especial2015_07_3.pdf)
- Cruz, S. N. Estudio de seguimiento de egresados y mercado laboral de la Escuela de Nutrición de la Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas, Ed. Montebello, Chiapas 2003.
- AMMFEN. Los empleadores de los nutriólogos en México, Ed. Trillas, México D.F.



Fuente: [http://nutritiva.mx/thumbail.php?file=diet\\_nutrition\\_image\\_143908535.jpg&size=article\\_medium](http://nutritiva.mx/thumbail.php?file=diet_nutrition_image_143908535.jpg&size=article_medium)

# Estado nutricional de la población infantil en la frontera norte

Octelina Castillo Ruiz\*

## Palabras clave:

Nutrición, infantil, Tamaulipas.

En este trabajo se realizó una recopilación de información sobre el estado nutricional de la frontera norte, incluyendo el Estado de Tamaulipas, y dentro de este la Ciudad de Reynosa que es una de las ciudades con mayor prevalencia de sobrepeso y obesidad, con posible influencia de los hábitos alimentarios de los Estados Unidos de América (USA).

## Estado nutricional infantil en la frontera norte

La frontera entre los países de México y USA, abarca poco más de 3.100 kilómetros y está constituida por diez Estados, cuatro del lado de USA (California, Arizona, New México y Texas) y seis en el lado de México (Baja California, Sonora, Chihuahua, Coahuila, Nuevo León y Tamaulipas). Como toda frontera posee sus diferencias y éstas abarcan los ámbitos económicos, culturales, políticos y de salud. Sin embargo existe una dependencia mutua y comparten problemas en común como la sobre nutrición u obesidad que cada día va en aumento.

En el año 2008 se realizó la Encuesta Nacional de Salud en Escolares (ENSE) en la Frontera Norte (FN) de México a un total de 9 431 niños: 6,650 estudiantes de primaria y 2 781 jóvenes de secundaria, que comprendieron edades entre los 6 a 12 años y 13 a 15 años, respectivamente. En ella se compararon las variables de talla, peso, índice de masa corporal (IMC), sobrepeso y obesidad en los Estados de Baja California, Coahuila, Chihuahua, Nuevo León, Sonora y Tamaulipas, con los resultados obtenidos a nivel nacional. Para el grupo de primaria se reportó que la prevalencia por cada cien estudiantes de ambos sexos en la FN fue de 21.8% de sobrepeso y 13.5% en obesidad, mayores que la prevalencia encontrada a nivel nacional de 20.4% y 9.9%, respectivamente. Tamaulipas y Nuevo León presentaron mayores cifras en niños con sobrepeso y obesidad que el resto del país mientras que en Baja California la mayor prevalencia fue en niñas; los Estados con menor incidencia en ambos casos fueron Chihuahua y Coahuila, respectivamente.

El 46.2% de los hispanos que se encuentran ubicados prioritariamente en los esta-

\* Doctora en Ciencias Médicas por la Facultad de medicina de Granada, España, Miembro del Sistema nacional de Investigadores, profesora investigadora de la Universidad autónoma de Tamaulipas.

Unidad Académica Multidisciplinaria Reynosa-Aztlán, Universidad Autónoma de Tamaulipas. Calle 16 y lago de Chapala s/n, Reynosa Tamaulipas, México, C.P. 88740. Teléfono: 8992085021. Correo electrónico: octecastillox@hotmail.com

dos de California, Arizona, Nuevo México y Texas presentaron sobrepeso y obesidad y el 26.1% presentaron solo obesidad. La media nacional fue del 34.2% para personas con sobrepeso y obesidad y del 17.7% con solo sobrepeso. Lo mismo ocurre del lado Mexicano, los estados fronterizos representan cerca del 18.% de la población nacional, de la cual el 38% presenta sobrepeso y obesidad mientras que con solo obesidad el 18%, mientras que la media mexicana es de 34% para sobrepeso y obesidad y del 15% con solo obesidad.

### Estado nutricional en los niños del estado de Tamaulipas

La *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición* (ENSANUT 2012) reportó que para la población escolar (5 a 11 años) la prevalencia nacional combinada de sobrepeso y obesidad fue del 34.4% (19.8 y 14.6%, respectivamente), indicando que estas cifras no han aumentado en los últimos 6 años (de 2006 a 2012). También reportó que en Tamaulipas la prevalencia de sobrepeso y obesidad fue de 18.6% y 20.3%, respectivamente (suma de sobrepeso y obesidad, 38.9%).

### Estado nutricional de la población infantil en la Ciudad de Reynosa-estado de Tamaulipas

Una de las ciudades de Tamaulipas con mayores problemas nutricionales de sobrepeso y obesidad es Reynosa. En una evaluación realizada en 2013 se encontró un porcentaje de sobrepeso y obesidad similar en ambos géneros, prevalencia por arriba de 5.9 puntos porcentuales comparada con la prevalencia estatal, como se muestra en la tabla 1.

**Tabla 1:** Estado nutricional de los escolares de ambos géneros de Reynosa, Tamaulipas.

Estado Nutricional	%
<b>Niñas</b>	
Bajo peso	5.23
Normal	54.77
Sobrepeso	19.77
Obesidad	20.23
Sobrepeso/Obesidad	40.00
<b>Niños</b>	
Bajo peso	6.5
Normal	52.75
Sobrepeso	17.75
Obesidad	23
Sobrepeso/Obesidad	40.75

► Fuente: Aviña, M. A. Transición nutricional en los escolares de Reynosa, Tamaulipas de 2005 a 2013. Tesis de Licenciatura, 2013.

Cabe mencionar que existen diferentes factores que contribuyen al desarrollo del sobrepeso y la obesidad en la población infantil de Reynosa, por ejemplo, el cambio de hábitos alimentarios por la influencia de USA por su colindancia. En un estudio realizado en el 2008 se encontró una elevada ingesta de proteínas y carbohidratos simples y un déficit del 50% de adecuación en la ingesta de micronutrientes como la vitamina A, ácido fólico, calcio, hierro y zinc. El desequilibrio en la ingesta calórica encontrado coincide con un alto porcentaje de obesidad registrada en los niños y niñas. Los resultados mostraron que la obesidad infantil encontrada podría ser una consecuencia del desequilibrio alimentario unido a la ingesta de bebidas densas en energía. Como jugos industrializados, refrescos embotellados y golosinas, dentro de las comidas rápidas de mayor accesibilidad se encuentran las hamburguesas, pizzas, tortillas de harina, hot dog, burritos entre otros.

Cabe mencionar que la transición nutricional que experimenta nuestro país se refleja en las costumbres dietéticas como: disponibilidad a bajo costo de alimentos procesados que además son adicionados con altas cantidades de sal, grasas y azúcar; consumo de comida rápida preparada fuera de casa; falta de tiempo para la preparación de alimentos; aumento de la exposición a publicidad de alimentos industrializados así como su oferta; aumento del poder adquisitivo de la población y disminución de la actividad física.

### Conclusión

Para combatir el problema de sobrepeso y obesidad infantil es indispensable el trabajo conjunto del gobierno de ambos países, de la sociedad civil, las organizaciones no gubernamentales y el sector privado, de profesores, escolares y la familia; para la creación de entornos saludables y de condiciones accesibles para la alimentación saludable que son esenciales en la prevención y combate de estos padecimientos. Con el objetivo principal de evitar complicaciones como la diabe-

tes y enfermedades cardiovasculares que sus manifestaciones frecuentemente se inician en la infancia y la adolescencia disminuyendo la capacidad de crecimiento de la estructura socioeconómica del país, por el alto costo aplicado a la atención de las complicaciones antes mencionadas.

### REFERENCIAS

- Arena, E. B., Gómez, L. M., Torres, E. B., E. T. A. L. Valores de referencia de colesterol, triglicéridos y glucosa en niños hispanos, de entre 6 a 11 años, en estados de la frontera norte de México y Estados Unidos de América. *Nutrición Hospitalaria*. 2014; 31(2):704-709.
- Ponce, S. Somatometría, obesidad y sobrepeso en estudiantes de educación básica en la frontera norte de México. Un análisis a partir de la ENSE 2008. *Epistemos*. 2013; 15(7):57-63.
- Saldívar-Cerón, H. I., Ramírez, A. G., Acevedo, M. A. R., Pérez-Rodríguez, P. Obesidad infantil: factor de riesgo para desarrollar pie plano. *Boletín Médico del Hospital Infantil de México*, 2015.
- Castillo-Ruiz, O., Telles, L. S. J., Rodríguez Castillejos, G. C. Factores que influyen en la prevención y tratamiento efectivo de la obesidad infantil. *Investigación y Ciencia*, 2013; 21(59):57-63.

► Fuente: [http://static.t13.cl/images/sizes/1200x675/mgr\\_630\\_obesidad-infantil\\_3.jpg](http://static.t13.cl/images/sizes/1200x675/mgr_630_obesidad-infantil_3.jpg)



# Perspectiva alimentaria y nutricional en el estado de Colima

Alin Jael Palacios Fonseca\*, Karla Berenice Carrasco Peña\*

## Palabras clave:

Colima, nutrición, alimentación.

Colima se caracteriza por una diversa producción de alimentos, favorecido por su ubicación geográfica. Hasta la fecha no se ha realizado un estudio de la situación nutricional y alimentaria que refleje la realidad de cada una de las comunidades que integran la población. La información disponible se deriva básicamente de los estudios realizados en el año 2006 y 2012, por la *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición* (ENSANUT). Sin embargo, la información de esta encuesta no especifica la situación particular de cada una de las comunidades, por representar una muestra de hogares con mayor carencia del país.

## Demografía y platillos tradicionales

El estado de Colima está situado en la región centro occidente de México. Tiene una superficie territorial total de 5 627 km<sup>2</sup> y limita al norte con el Estado de Jalisco, al sur con el estado de Michoacán y al oeste con el océano Pacífico (ver, figura 1). Colima cuenta con una variedad de riquezas ecológicas y recursos naturales. Sus principales fuentes agrícolas son maíz, arroz, limón, caña de azúcar, plátano, mango, papaya, sandía, melón y copra lo cual le brinda un perfil propio a la comida

colimense al tener una diversidad alimentaria por sus ingredientes. Gran parte del turismo nacional e internacional busca en Colima la oferta pública de alimentos que pertenecen a la cocina tradicional regional.

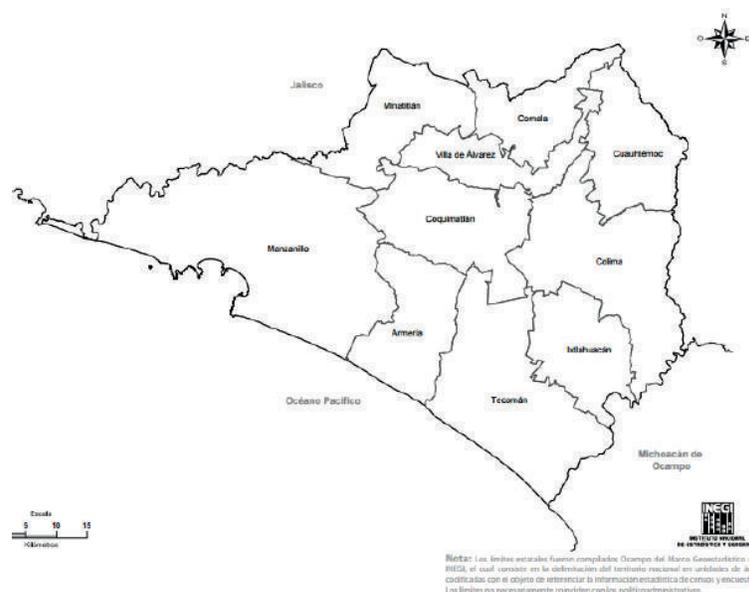


Figura 1. Mapa del Estado de Colima.  
Fuente: INEGI. Marco Geoestadístico Municipal 2010.

\* Facultad de Medicina, Universidad de Colima. Correo electrónico: alinjael@gmail.com

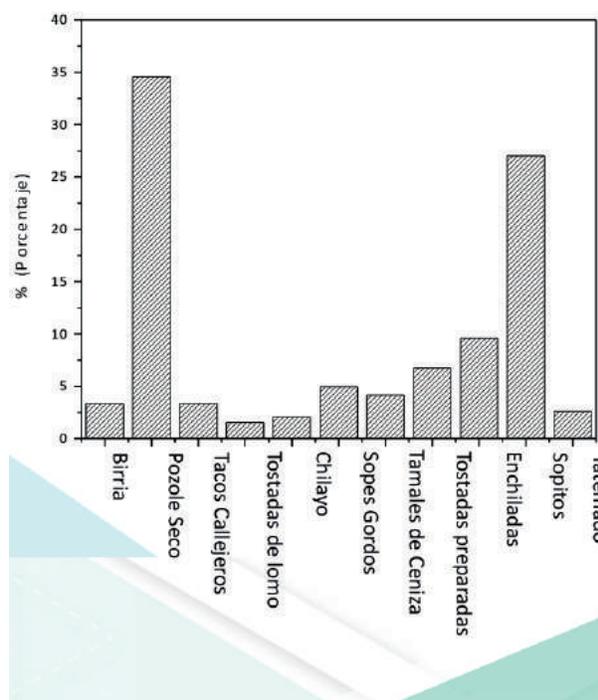
Al revisar la cocina tradicional hay un toque original al combinar lo picante y lo dulce, dando un sabor único a sus platillos. Sin embargo, en los hogares actuales se está perdiendo esta característica, quedando como nostalgia del pasado. De acuerdo Villicaña los platillos tradicionales que aún se consumen en la mesa de los colimotes se encuentra el pozole seco seguido por los sopitos y las enchiladas (ver, figura 2). Estos platillos se encuentran comúnmente en las cenadurías de Villa de Álvarez; otros platos no menos importantes son el sope gordo y los tacos dorados. Entre los alimentos más consumidos encontramos la carne de res y cerdo, pescado, pollo, frijoles, arroz, pastas y ensalada. Datos que concuerdan por lo reportado por Oseguera describe que los habitantes del Estado de Colima acostumbran consumir en primer lugar carnes rojas y en segundo las aves (pollo principalmente) lo cual favorece la dieta carnívora en la región.

De las bebidas preferidas está la tuba, bebida extraída del cogollo de las palmas de coco. Así como, el café aromático de la zona norte del Estado de los cultivos de Suchitlán, Nogueras, y alrededores del pueblo mágico de Comala. El tejuino y el agua de coco es otras de las bebidas que podemos degustar todos los días. Tanto la tuba como el tejuino, está disponible todos los días desde temprano por vendedores ambulantes en todas las ciudades del Estado. Pero no podemos dejar de mencionar que, a pesar de estar estas bebidas muy vivas en la región, están siendo desplazadas por el refresco.

Finalmente, no podemos olvidar la zona costera del Estado, el sabor costeño es una tradición en el corredor de restaurantes que

hay a lo largo de las playas del pacífico. Los mariscos, pescado zarandeado, son algunos de los platillos favoritos a disfrutar. Pero, se encuentran vendedores callejeros de ceviche y camarones en la ciudad de Colima o Villa de Álvarez sin ir a la costa.

Por otra parte, el crecimiento demográfico ha sido lento comparado con otros Estados del país, de igual manera en su capital Colima, tanto así que en esta el trayecto que gasta un habitante al trabajo es en promedio de 15 minutos; esta ventaja favorece el comer en casa e inclusive comer en familia, un factor que se debería aprovechar dentro de las estrategias de promoción de estilos de vida saludables para favorecer la seguridad alimentaria de sus habitantes.



► Figura 2. Platillos consumidos por población colimense. Fuente: Villicaña-Vázquez, 2015.

Los hábitos alimentarios en este estado, como en el resto de México y Latinoamérica, es el resultado de la cultura transmitida a lo largo de su propia historia, es decir el mestizaje que hubo desde la conquista española entre nativos indígenas con europeos y grupos africanos y asiáticos. Precisamente este mestizaje ha caracterizado el tipo de comida y los tres tiempos de comida que se realizan diariamente. Según lo reportado por la ENSANUT 2012, el 54.7% de los hogares destinan del gasto total a la compra de alimentos, porcentaje ligeramente mayor al registrado en el país, en promedio, de 54.1%.

Asimismo, la situación alimentaria ha demostrado una evolución epidemiológica nutricional negativa, reflejada no solo en la cantidad de alimentos ingeridos, sino también de la estructura, variedad, y otros determinantes cualitativos del consumo habitual de alimentos. Lo anterior se suma a un entorno creciente de establecimientos de comida rápida y de alimentos procesados, que ha fomentado la aculturación gastronómica en la entidad, con las consecuencias propias en el estado nutricional de los colimenses.

Al respecto, el trabajo reportado por Villicaña se encontró que los colimenses tienen una ingesta de  $39.09 \pm 14.12$  kcal/kg/día,  $1.01 \pm 0.37$  g/kg/día de proteína,  $2.16 \pm 0.92$  g/kg/día de grasa y  $3.73 \pm 1.37$  g/kg/día de hidratos de carbono. Estos datos están de acuerdo con los hábitos de consumo de alimentos de su población que se mencionó anteriormente. En la figura 3, se muestra la tendencia de ingesta por grupo de alimento, encontrando como base de la dieta los cereales, siguiéndole las grasas, los azúcares y proteínas de origen animal. Asimismo, se encontró una baja ingesta de frutas y verduras.

Como resultado, el estado de nutrición reportado por ENSANUT 2012 -utilizando como indicador el índice de masa corporal (IMC)- reveló un 26.3% para las mujeres y 31.5 % para los hombres. También se observó un incremento de obesidad tanto en hombres como en mujeres respecto ENSANUT 2006.

## Conclusión

No cabe duda de que hace falta un diagnóstico integral del estado nutricional de la población colimense para formular estrategias locales de promoción y educación alimentaria y nutricional. Asimismo, es importante documentar los cambios de aculturación alimentaria que está viviendo la población de Colima, ya que lo anterior, sería un importante trabajo por desarrollar desde las instituciones educativas y sobre todo, en las del ámbito de la nutrición.

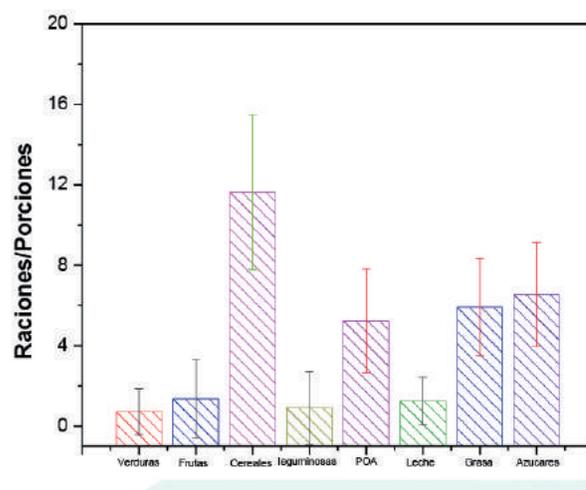


Figura 3. Cantidad de raciones por grupo de alimentos consumidas por los habitantes del Estado de Colima.

Fuente: Villicaña-Vázquez, 2015.

## REFERENCIAS

Secretaría de Salud. Encuesta Nacional Salud y Nutrición [base de datos en internet]. México; Instituto Nacional de Salud Pública, 2012, [actualizada en 2012; acceso 15 de enero 2016]. Disponible en: <http://ensanut.insp.mx/informes/Colima-OCT.pdf>

Secretaría de Salud. Encuesta Nacional Salud y Nutrición [base de datos en internet]. México; Instituto Nacional de Salud Pública, 2006 [actualizada en 2006; acceso 15 de enero 2016]. Disponible en: <http://www.insp.mx/images/stories/ENSANUT/Docs/Ensanut2006.pdf>

SAGARPA. Análisis económico agroalimentario [base de datos en internet]. México; Secretaria de Agricultura, ganadería, desarrollo rural, pesca y alimentación [actualizada en 2011; acceso 13 de febrero 2016]. Disponible en: [http://www.sagarpa.gob.mx/agronegocios/Documents/estudios\\_economicos/monitorestatal/Tabulador\\_por\\_estado/Monitores\\_Nuevos%20pdf/Colima.pdf](http://www.sagarpa.gob.mx/agronegocios/Documents/estudios_economicos/monitorestatal/Tabulador_por_estado/Monitores_Nuevos%20pdf/Colima.pdf)

Villicaña-Vázquez SP. Patrones de consumo de alimentos en la población de Colima, [tesis de licenciatura]. Dirección General de Educación Superior; Universidad de Colima; 2015.

Oseguera-Parra D, La cocina colimense. El menú, muestrario de la cultura regional. Estudios sobre las Culturas Contemporáneas 1995|33-52. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=31600203>. Fecha de consulta: 8 de febrero de 2016.



## Los nutriólogos: más allá de una dieta

Rebeca Monroy Torres, NC

### Palabras clave:

Nutriólogo, dieta, alimentación, obesidad, hábitos alimenticios.

*Que tu alimento sea tu medicina*, frase del filósofo Hipócrates considerado el padre moderno de la Medicina (460-380 A.C.). Otra de las frases de este filósofo fueron:

*Si no puedes hacer el bien por lo menos no hagas daño.*

Para abordar la importancia y forma adecuada de un tratamiento nutricional, basta analizar estas dos frases de las 578 frases célebres registradas de Hipócrates que dejan clara la importancia de la adecuada nutrición y alimentación y en caso de requerir un tratamiento dietético o nutricional, este deberá estar libre de riesgos procurando siempre el beneficio para las personas.

Desde esa perspectiva y analizando la transición alimentaria en las últimas décadas, probablemente la población en busca de un tratamiento para controlar su peso suele hacerse los siguientes cuestionamientos ¿A quién debo acudir? ¿Qué profesionistas se dedican al control de peso? ¿Cuánto es el costo? ¿Qué suelen usar como estrategia de tratamiento?

Podrían ser varias las respuestas a estos interrogantes, sin embargo es claro que derivado de un cambio en el estilo de vida, con una alimentación donde predominan las grasas saturadas, azúcares de fácil digestión, almidones y aditivos alimentarios, el control de peso o las dietas de reducción se han vuelto una necesidad cada día más imperiosa, sumado a esto la información de los riesgos a contraer enfermedades de índole metabólico como la diabetes mellitus, la hipertensión arterial y las dislipidemias así como comorbilidades que de ellas derivan. Las cifras de sobrepeso y la obesidad, de acuerdo a la *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición* (ENSANUT) 2012 son alarmantes; la media nacional de obesidad en los niños de 5 a 11 años es de 17.4 y 11.8% para niños y niñas respectivamente. Para el Estado de Guanajuato la media es de 22.4 y 11.9 % para niños y niñas respectivamente, cifra que es mayor que la media nacional. Estos datos permiten hacer proyecciones de salud a mediano y largo plazo con un panorama sombrío, si este comportamiento continúa.

\* Laboratorio de Nutrición Ambiental y Seguridad Alimentaria, profesora de la Universidad de Guanajuato, Campus León. Correo electrónico: rmonroy79@gmail.com

A partir de las preocupantes estadísticas de salud, se han generado estrategias de promoción hacia la adopción de estilos de vida saludable, pero algunas acciones de comunicación han generado una confusión con el concepto de lo estético y con lo que se debe considerar saludable. La estética corporal ha tomado un papel importante entre las personas jóvenes principalmente, dando espacio a que la nutrición se haya vuelto el tema de moda, y del que cualquiera puede dar un consejo nutricional, motivo por el que se puede encontrar diferentes dietas o propuestas como la dieta de la luna, la dieta de la zona, la dieta cetogénica, entre otras, cada una de ellas sin evidencia científica para que verifique riesgos y beneficios, pero que la población actual quiere seguir con la finalidad de obtener el *cuerpo ideal* en corto tiempo.

Ahora bien, desde el debate social y académico, las respuestas a los interrogantes planteados son:

### ¿A qué profesionalista acudir?

**Respuesta:** a un licenciado en nutrición. De acuerdo a la Asociación de miembros, facultades y escuelas de nutrición (AMMFEN), *es un profesionalista capaz de brindar atención nutricional a individuos sanos, en riesgo o enfermos, así como a grupos de los diferentes sectores de la sociedad; de administrar servicios y programas de alimentación y nutrición; de proponer, innovar y mejorar la calidad nutricional y sanitaria de productos alimenticios. Capaz de integrar, generar y aplicar conocimientos, habilidades y actitudes que permitan su desempeño en los campos profesionales básicos: nutrición clínica, nutrición poblacional, servicios de alimentación, tecnología de*

*alimentos y otros campos transversales como: investigación, educación, administración y consultoría aplicando métodos, técnicas y tecnologías propias de la nutriología y ciencias afines.*

Entonces, los principales campos profesionales donde puede incursionar son:

- **Nutrición clínica:** hace énfasis en las expresiones fenoménicas de tipo clínico y biológico del proceso nutricional alimentario con relación a la salud.
- **Ciencia y tecnología de los alimentos:** se dirige al estudio de los procesos bioquímicos y tecnológicos de los alimentos y nutrimentos.
- **Nutrición comunitaria:** se orienta al análisis e intervención en los determinantes socioculturales, económicos, demográficos, ecológicos y políticos de la causalidad, distribución y frecuencia del problema en los grupos humanos.
- **Nutrición y servicios de alimentación:** estudia los procesos administrativos de la nutrición y la alimentación en los distintos entornos sociales.

Actualmente se han abierto otros espacios de desempeño y competencia por los nutriólogos, como desempeñarse en el entorno empresarial, la investigación, la docencia, entre las principales.

Como puede observarse, el nutriólogo, aprende durante su formación, una serie de competencias específicas, las cuales son establecidas por las escuelas y facultades que

ofrecen la licenciatura en Nutrición, y que se encuentran afiliadas a la *Asociación Mexicana de Miembros de Facultades y Escuelas de Nutrición* (AMMFEN) y al *Consejo Nacional para la Acreditación de los programas de Nutrición* (CONCAPREN), es de resaltar los contenidos curriculares y la duración idónea de la carrera de acuerdo a la reglamentación; por eso los estudiantes durante los cinco años de formación tienen asignaturas básicas como: fisiología, anatomía, química de los alimentos, genética, microbiología, toxicología, antropología sociocultural, economía, administración, epidemiología, que soportan los contenidos disciplinares como dietoterapia, nutrición comunitaria, nutrición pediátrica, por mencionar algunas. Estos nombres pueden cambiar de una a otra escuela pero se abordan los mismos contenidos<sup>1</sup>. Como puede apreciar el profesional de la nutrición, durante su formación, recibe una instrucción integral para comprender holísticamente el proceso de salud y enfermedad derivada de una adecuada o deficiente alimentación, por ende cualquier integrante de la población puede sentirse seguro que estará tratado por un profesional idóneo que cumple con las competencias para dar un tratamiento nutricional.

De otra parte, la reglamentación que fortaleció inicialmente el manejo integral de la obesidad fue la **Norma Oficial Mexicana NOM-174-SSA11998** para, pero desde el 2010 se modificó y se dictaminó la **Norma Oficial Mexicana NOM-008-SSA3-2010** para el tratamiento integral del sobrepeso y la obesidad. Esta norma es de vigilancia obligatoria y dicta las pautas de manejo y cuidados que

se deben seguir las personas que lo requieran. Algo importante de esta norma son las medidas restrictivas que menciona el numeral 11º. que cita: *queda prohibido usar tratamientos sin fundamento científico y también usar diuréticos, hormonas tiroideas, anorexígenos, vacunas, extractos tiroideos, inyecciones de enzimas, aminoácidos lipolíticos y otros productos similares, para el tratamiento del sobrepeso y la obesidad*. En síntesis, esta norma brinda las pautas para detectar las violaciones reglamentarias y reconocer la exposición de la población a NO PROFESIONALES o personas incompetentes que ponen en riesgo la salud y hasta la vida. Por ello la población debe estar alerta y en lo posible denunciar la publicidad engañosa y tratamientos inadecuados, ante la autoridad competente.

En ese sentido, se llevó a cabo un estudio para el estudio titulado *Conocimiento del campo de acción del nutriólogo en la población de León, Guanajuato: Una reflexión del quehacer del nutriólogo*, donde a una muestra de personas, se aplicó una encuesta que derivara en información de lo que las personas conocían del campo de acción del nutriólogo, encontrando que para control de peso, en un 41% acudieron con el médico general, un 9% con un naturista y acupunturista y, un 11% con un entrenador físico y menos del 5% correspondió a dietistas, un químico en alimentos, revistas, televisión, con una enfermera; el resto (25%) señaló que acudiría con un nutriólogo. Es importante señalar que para México, hay una diferencia entre dietista y el licenciado en nutrición (nutriólogo), el dietista es una carrera técnica, de corta duración. Con

<sup>1</sup> Para ampliar en detalle esta información, si es de su interés, consultar la página de la AMMFEN [www.ammfen.org.mx](http://www.ammfen.org.mx)

esta información se concluye que muchas personas que no cuentan con la formación específica y profesional en el campo de la nutrición empíricamente realizan consulta y asesoría sin poseer las competencias de una profesión regulada por las normas federales de educación.

Para finalizar, se debe reflexionar que el conocimiento, la función del nutriólogo y su campo de acción no es claro en la población, debido a que hay varios profesionistas no regulados que intentan reproducir las funciones del nutriólogo, por lo que se requieren estrategias como empoderar a las nuevas generaciones de profesionales de su función en el sector salud y comunitario y a los nutriólogos activos mejorar su visibilidad social y reconocimiento. Para la sociedad en general, se hace la invitación para que reconozca que no existe una dieta o producto que de forma mágica modifique, cambie o elimine un exceso de grasa corporal que se ha acumulado durante el tiempo, sin que se requiere un tratamiento dietoterapéutico disciplinado y científico para concretar resultados saludables y sobre todo seguro. Para

cerrar este tema, la recomendación para cualquier paciente o individuo es modificar la dieta y adherir buenos hábitos alimentarios pero siempre con la consejería inicial y seguimiento de un nutriólogo titulado y certificado, para alcanzar los resultados esperados.

## REFERENCIAS

- Asociación Mexicana de Miembros de Facultades y Escuelas de Nutrición. A. C. Campos Profesionales del Nutriólogo. Disponible en: <http://www.ammfen.org.mx>. Fecha de Acceso: enero de 2016.
- Coronel Núñez, S., Díaz García, R., Menchaca Luna, M. C., & Mejía Valentin, C. La Nutrición Clínica, práctica profesional dominante de los nutriólogos en México. *Revista Nutrición Clínica* 2006; 9(3):19-23.
- Gutiérrez, J. P., Rivera-Dommarco, J., Shamah-Levy, T., Villalpando-Hernández, S., Franco, A., Cuevas-Nasu, L., Romero-Martínez, M., & Hernández-Ávila, M. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012. Resultados Nacionales. Cuernavaca. México: Instituto Nacional de Salud Pública (MX), 2012.
- Monroy-Torres, R., Vázquez-Ruiz, G., Miranda-Romo, C., & Vidalez-Ocadiz, G. Conocimiento del campo de acción del nutriólogo en la población de León, Guanajuato: Una reflexión del quehacer del nutriólogo, 2011; 2(4): 3-8.

# EL DÍA DE LA NUTRIÓLOGA Y DEL NUTRIÓLOGO: 27 de enero

Sara Elena Pérez Gil\*

Buenos días, agradezco la invitación que me hizo la *Asociación Mexicana de Nutriología* para venir el día de hoy a platicar un poco sobre los orígenes del día de la nutrióloga y del nutriólogo. Quiero aclarar que debido a mi deformación o formación, como ustedes quieran llamarle, de analizar casi todos los temas u objetos de estudio a través de la categoría y la perspectiva de género, siempre hago una distinción entre las mujeres y los hombres, ya que alrededor del 85 % del personal que trabajamos en las áreas de alimentación y nutrición somos mujeres, por lo que no estoy de acuerdo en utilizar la palabra nutriólogo, sino comenzar siempre hablando del sexo femenino.

Para lograr mi objetivo, esto es, que ustedes conozcan desde cuándo y por qué se celebra este día, he dividido la presentación en tres apartados. En el primero hago un recorrido muy rápido acerca de la evolución de la Nutriología y para ello recurrí al texto del Dr. José Quintín Olascoaga titulado *Dietética. Tomo I. Nutrición normal* en el que en su primer capítulo nos habla de la evolución de la nutriología y de la nutrición; posteriormente hago una breve mención de la primera escuela

de nutrición en México, donde yo estudié la carrera de nutrición, y por último *atterrizaré* en cómo un grupo de nutricionistas en salud pública egresadas de la *Escuela de Salud Pública* decidimos formar la *Asociación Mexicana de Nutrición*, cuyo registro ante la *Secretaría de Relaciones Exteriores* fue el 27 de enero de 1975, fecha en que decidimos celebrar el día de la nutricionista, término que al parecer a muchas y a muchos los pone nerviosos, pues consideran que es un nivel técnico. Quiero aclarar que la palabra nutricionista no es sinónimo de técnica en nutrición, sino que fue el término que a finales de los sesentas y en los años setentas y ochentas era el que designaba a aquellas profesionistas, que después de la preparatoria estudiaban la carrera de nutrición para formar parte del personal de los *Servicios Coordinados de Salud Pública* de aquella época. Sobre este punto me detendré más tarde.

## Evolución de la nutriología

No voy a abordar lo que Olascoaga denominó la dietética empírica ni científica, ni es mi propósito discutir acerca de si este autor tenía razón o no, o que podamos estar de acuerdo con su clasificación, parto de que es de los pocos

\* Investigadora del Departamento de Estudios Experimentales y Rurales, y Herlinda Madrigal, jefa del Departamento de Vigilancia Epidemiológica de la Dirección de Nutrición del INNSZ.

textos de los padres de la nutrición y dietética del siglo XX que escribieron al respecto. Me voy a abocar más a lo que Olascoaga menciona como nutriología médica y social, veamos: este autor señala al Comité de Higiene de la Sociedad de las Naciones de 1920, como la organización que fijó las bases para los estudios sociales de la alimentación y que sirvieron de base para los trabajos desarrollados por la Sección de Investigación de la Alimentación Popular de la Secretaría de Salubridad y Asistencia en 1936. En 1943, la Conferencia de las Naciones Unidas sobre Alimentación y Agricultura, hizo varias consideraciones y recomendaciones sobre el hambre y la alimentación. Sobresalen algunos trabajos y el Primer Congreso Nacional de Higiene Rural celebrado en Morelia en 1935 en donde se anuncia la creación de un Instituto Nacional que se ocuparía del estudio de los problemas relativos a la alimentación de la población mexicana.

Tal y como lo señala Olascoaga, las primeras actividades nutriológicas se realizaron en la Oficina General de Higiene de la Alimentación de la SSA que a través de los años se transformó primero, en la Comisión Nacional de Alimentación y en Instituto Nacional de Nutriología en 1942. En octubre de 1946 se inauguró el *Hospital de Enfermedades de la Nutrición* dirigido por su creador el Dr. Salvador Zubirán, este instituto junto con el *Hospital infantil*, el *Instituto Nacional de Cardiología* y el *Hospital de la raza* fueron los primeros hospitales en México que organizaron servicios de dietología.

Hasta aquí me detengo en estos aspectos históricos de la nutriología en México porque me parece importante destacar otro aspecto que es el de las y los especialistas de la nutrición

y la dietética. Para Olascoaga, los especialistas son los nutriólogos, es decir, los médicos especializados en los aspectos dietéticos y en la nutrición en la población; los dietólogos que son los médicos especializados en dietética normal y dietoterapéutica y que dirigen los servicios de nutrición en los hospitales; las nutricionistas, profesionistas preparadas para auxiliar a los nutriólogos y las dietistas para auxiliar a los dietólogos. Quiero que se ubiquen en el momento en que el Dr. Olascoaga escribe su libro, pues la primera edición es de 1950, en esta época nadie hablaba, por lo menos en México, de licenciadas o licenciados en nutrición y es obvio que dentro del *Modelo Médico Hegemónico* de aquel momento, los médicos eran la cabeza de todas las actividades relacionadas con la enfermedad, pues tampoco se hablaba del proceso salud-enfermedad-atención como se hace ahora.

Me parece relevante remitirme al pasado, pues para muchos y muchas nutriólogas, los trabajos de nutrición comenzaron a raíz de los primeros egresados de la licenciatura en nutrición de la Universidad Iberoamericana, creencia totalmente falsa, pues antes de las licenciadas y licenciados de esta universidad, la investigación y las acciones de intervención en esta temática ya se venían desarrollando desde la década de los años cuarenta por médicos nutriólogos y dietistas y, posteriormente por nutricionistas. Con objeto de ampliar lo anterior, en septiembre de 1972 se llevó a cabo el *Noveno Congreso Internacional de Nutrición* en México y estuvo a cargo del Dr. Adolfo Chávez, y por consiguiente de todos aquéllos que en esa época trabajábamos en lo que era la División de Nutrición de este Instituto, que no rebasábamos la cifra de 35 personas, entre médicos, nutricionistas, técnicas en

nutrición, químicos, bioquímicos. Pues bien, en ese congreso, los estudiantes inscritos en la licenciatura de Nutrición de la Universidad Iberoamericana, colaboraron en la parte logística del evento, mientras que un sinnúmero de nutricionistas de diversos países de Latinoamérica ya estábamos presentando ponencias sobre resultados de investigaciones en las que participábamos en ese momento como investigadoras adjuntas. Me parece que en 1976 comenzaron a egresar los primeros licenciados en Nutrición de la Universidad Iberoamericana.

Hago un paréntesis para comentar que la enseñanza de la dietética fue muy importante en México: en 1944 se entrena a las primeras dietistas del Hospital Infantil y en 1954 se inician los cursos regulares para formar dietistas en el *Instituto Nacional de Cardiología*, los que dieron lugar a la *Escuela de Nutriología y Dietética* del *Instituto Nacional de Nutriología* y a la escuela de dietistas en el *Hospital Colonia de los Ferrocarriles Nacionales de México*. Considero necesario resaltar la importancia que ha tenido la dietista en el campo de la nutrición, pues al parecer en la actualidad, varias nutriólogas y nutriólogos se sienten ofendidos cuando alguna persona los llama dietistas. Yo las y los invito a que reflexionen sobre el papel que este personal ha cumplido, ya que fue la dietética el inicio de lo que hoy es la nutrición en México.

### Escuela de Salud Pública de México

La escuela de *Salud Pública* de México tuvo sus inicios en 1922, sin embargo, para fines de esta presentación me remitiré a la década de los años sesenta que fue la época en que comenzó a funcionar la carrera de nutricionistas. No obstante, me parece necesario

resaltar que las denominaciones de la escuela han sido varias: comenzó como *Escuela de salubridad*, pasó por *Escuela de salubridad e higiene*, *Facultad de Ciencias Sanitarias y Asistenciales*, *Escuela de Salud Pública* hasta *Instituto Nacional de Salud Pública* y *Escuela de Salud Pública de México*.

La carrera de nutricionistas fue un campo nuevo, cuyo objetivo fue capacitar al personal en el área de dietética y nutrición para trabajar a nivel poblacional, sin embargo, también estaban capacitadas para trabajar en hospitales, comedores, como profesoras en las escuelas de trabajo social, enfermería y técnicas en nutrición, entre otras. La primera generación de nutricionistas, a nivel profesional egresó a fines de 1965 y la última en 1978. Quiero ampliar un punto que párrafos arriba mencioné y que es el siguiente, para algunos y algunas profesionistas en esta área, –no entiendo por qué– la primera escuela de nutrición a nivel profesional fue la Universidad Iberoamericana, o sea, en pocas palabras, Herlinda y yo, *no existimos*. Una cosa es que a nosotras como egresadas de la *Escuela de Salud Pública* nos hayan dado un título de Nutricionistas en Salud Pública y otra es que a las y a los chicos de la Ibero les hayan comenzado a dar el título de Licenciados en Nutrición. Aunque me parece obvio, quiero insistir que nosotras no somos las responsables de que en la época en que estudiamos esa carrera y nos graduamos, el título haya sido el de nutricionistas, como en la actualidad se continúa dando en varios países de América Latina. Cada momento histórico es distinto y los currícula académicas también cambian. Habría que preguntar a los diversos profesionistas de una carrera, cómo han cambiado sus títulos a través de los años y para no ir tan lejos, pensemos en los médicos

y enfermeras. Es un hecho que en el momento actual, el término de *Licenciado* o *Licenciada* es el que se utiliza, al menos en este país, para designar a todo aquél que cumplió con los requisitos de una licenciatura, pero anteriormente, no era así. Cabe mencionar en este momento que la misma licenciatura en nutrición de la Universidad Autónoma Metropolitana, Unidad Xochimilco desde hace como tres años, cambió el título a *Licenciadas* y *Licenciados* en *Nutrición Humana* y esto no significa que la carrera sea mejor que la que se daba antes, cuando no se le había agregado el término *Humana*. Varias nutricionistas egresadas de la *Escuela de Salud Pública* estudiamos maestrías y doctorados y somos investigadoras en diversos centros y pertenecemos al *Sistema Nacional de Investigadores*.

Resalto además, que fuimos las nutricionistas de este Instituto, junto con algunas otras colegas que laboraban en la *Secretaría de Salud y Asistencia* quiénes después de varios años de *lucha*, logramos varios cambios relacionados con la carrera de nutricionistas y puestos de trabajo. 1) No recuerdo exactamente las fechas, pero conseguimos que la carrera fuera considerada como profesión, al igual que la del médico cirujano, médico veterinario, químico, biólogo, antropólogo, entre otras. Y el Instituto de Nutrición, fue de las primeras instituciones que nos comenzaron a pagar como profesionistas. 2) Logramos también que la *Dirección General de Profesiones*, nos diera cédula profesional en 1974; y 3) en 1983, las nutricionistas de este Instituto, junto con otros profesionistas luchamos y conseguimos que nos dieran el nivel de investigadoras. Herlinda y yo fuimos las primeras investigadoras-nutricionistas de los *Institutos Nacionales de Salud*. Antes de ese año, únicamente los

médicos cirujanos podían aspirar a ser investigadores en los Institutos Nacionales y en otras dependencias gubernamentales y centros de investigación. Y repito, todo esto lo logramos las nutricionistas. Disculpen que insista tanto en el papel que hemos jugado las nutricionistas egresadas de la Escuela de Salud Pública de México, pero en los dos libros publicados por la *Asociación Mexicana de Miembros de Facultades y Escuelas de Nutrición, A.C.*, nosotras aparecemos como personal técnico no profesionista, y cualquier persona después de leer esos libros, se queda con la impresión de que los trabajos de nutrición y alimentación nacieron con las y los egresados de la Universidad Iberoamericana, situación que no es del todo cierta. Me parece que debemos tener memoria histórica y reconocer a los padres de la nutrición, como son los doctores, Federico Gómez, José Quintín Olascoaga, Rafael Ramos Galván, Adolfo Chávez, Silvestre Frenk, Joaquín Cravioto, entre otros y a las nutricionistas Miriam Chávez, Lucía Leroux, Mercedes Hernández, entre otras, que fueron los y las pioneras en los estudios de nutrición y alimentación en México, así como a los antropólogos, entre los que destacan, Guillermo Bonfil y Ricardo Bogrand, que junto con el personal de salud, se dedicaron a estudiar, desde una mirada sociocultural, los problemas nutricionales y alimentarios en el país.

Hasta aquí, lo que he pretendido, es hacer un breve recuento de cómo ha surgido la carrera de nutrición en México y de todos los obstáculos que hemos tenido que enfrentar las *viejas nutricionistas* para estar en el lugar que ahora estamos, y no sólo nosotras, sino todas y todos ustedes. Finalmente hablaré sobre el surgimiento del día de la nutricionista. Veamos.

## El día de la nutricionista

A fines de la década de los sesentas y principios de los setentas, el número de egresadas de la *Escuela de Nutrición de la Escuela de Salud Pública*, éramos muy pocas; por generación, no egresábamos más de 8 personas, así es que para 1974, si éramos 100, creo que éramos *muchas*. Pues bien, no recuerdo todos los nombres de las compañeras que en 1974 se nos ocurrió organizarnos para formar una Asociación, pues la única que existía en aquel momento parecida a la que queríamos formar era la de *Dietistas* dirigida por Alma Dueñas. Ya no recuerdo cuántas nutricionistas fuimos las pioneras en la formación de la *Asociación Mexicana de Nutrición* que así la llamamos. Fueron innumerables reuniones las que tuvimos en diversos lugares para ponernos de acuerdo en los estatutos, objetivos, actividades, programas, requisitos de entrada y todo lo que conlleva organizar una asociación. No éramos muchas las nutricionistas, yo creo que si hablamos de 15, exagero, pero todas estábamos muy comprometidas con la Asociación que estábamos formando, y muy entusiasmadas por todos los planes que teníamos en puerta. Cuando tuvimos todo organizado, llevamos los papeles requeridos por la *Secretaría de Relaciones Exteriores*, que era la instancia adecuada para dar de alta las sociedades o asociaciones en aquella época, no tengo idea si en la actualidad se sigan los mismos procedimientos, pero cumplimos con todo. En una reunión nombramos nuestra mesa directiva, yo quedé como Presidenta y Herlinda como Tesorera y el resto como vicepresidente, secretaria y vocales. Si mal no recuerdo la duración de las mesas directivas era de dos años.

Pues bien, el 27 de enero de 1975 nos dieron de alta, es decir quedamos registradas ante *Relaciones Exteriores* y lo celebramos con una comida; en ella decidimos que ese día sería el *día de la nutricionista*, y quiero que quedé claro, nunca hablamos de nutriólogas, pues ese término sólo se daba a las y a los médicos especialistas en nutrición, como ya mencioné párrafos más arriba. Los primeros años, únicamente nosotras nos celebrábamos y poco a poco, la celebración de ese día se fue estableciendo dentro del *Instituto de Nutrición*, de la *Secretaría de Salubridad* del D.F. y los *Servicios Coordinados de Salud Pública* en los estados, donde trabajaban las primeras nutricionistas egresadas de la Escuela. ¿Cómo llegó este día a denominarse día del nutriólogo? No lo recuerdo... De pronto aquí en el Instituto y en otras sociedades y asociaciones relacionadas con la nutrición se comenzó a hablar del día del nutriólogo y se iniciaron las celebraciones, en un principio, había una comida especial para todo el personal de nutrición y de dietología que trabajábamos aquí y después los diversos grupos, asociaciones y universidades, también comenzaron a celebrar este día. Lo más curioso es que somos muy pocas personas las que sabemos cómo surgió la idea de celebrar el 27 de enero como el día de la nutricionista, nutrióloga o nutriólogo. A mi en una ocasión profesoras de una universidad, no digo el nombre, me dijeron que era porque ese día lo celebraban en Estados Unidos...

No quiero terminar esta plática sin mencionar que el día de hoy, además de este congreso, se celebrará por la tarde un sorteo de la *Lotería Nacional* Conmemorativo al *día del nutriólogo* en el recinto de la misma lotería.

Hace 38 años, cuando decidimos que el 27 de enero íbamos a celebrar el día de la nutricionista, jamás nos imaginamos la relevancia que iba a tener este profesional.

Así pues, ¡felicidades a todas y a todos!

Aquí termino este brevísimo recorrido por la profesión de la nutricionista, nutrióloga y nutriólogo en México y de cómo surgió la idea de tener un día dedicado a nosotras.

Muchas gracias por su atención.

27 de  
**enero**  
DÍA DEL  
NU  
TRIÓ  
LO  
GO



## Retos de los nutriólogos en la sociedad actual

Bárbara Vizmanos\*

### Palabras clave:

Retos, nutriólogo, innovación, profesionalización.

Escribir un artículo de los retos de una profesión, siendo originalmente de otro gremio, al principio, me pareció un reto mayor. Sin embargo, después de llevar trabajando en el ámbito de la alimentación y la nutrición más de 20 años, y de estar contribuyendo activamente en la formación de jóvenes en esta profesión y de investigadores en el área, me pareció coherente y hasta enriquecedor hacerlo. Así, lo que plasme en este documento, será con la visión de quien ha creído y creado, desde hace muchos años, que los nutriólogos son cada vez más reconocidos por su quehacer y la calidad de éste, así como por el impacto social que su labor tiene. Y esos retos para los nutriólogos que he soñado y fortalecido desde hace años, ahora tengo la oportunidad de compartirlos por esta vía, con la intención de que, al discutirlos, vayan abonando al desarrollo de esta noble profesión y de su impacto en nuestra sociedad.

Para estructurar esta reflexión se enumeran los principales retos que identifiqué, si bien el orden numérico, no corresponde a su orden de importancia.

1. Contribuir, desde su quehacer diario a ser *perfectamente reconocidos por la sociedad, bien remunerados y muy solicitados profesionalmente*. Para ello, deberán conjuntar sus intereses en un organismo gremial, para fortalecerse y trabajar este punto, para lograr un reconocimiento en el profesiograma nacional mexicano.
2. Asegurar que su *práctica profesional está actualizada y fundamentada* en nutrición basada en evidencias, a partir de revisiones de la literatura científica actual y en el análisis crítico de la propia práctica profesional (como parte de los procesos de mejora continua en su desempeño profesional), para posicionarse en diversos contextos (empresas, instituciones como hospitales, escuelas, gobiernos, en donde podrán contribuir a brindar opciones para mejorar la salud de la población).
3. *Adentrarse en el maravilloso mundo de la investigación*, pues lo que como nutriólogos realizan, si lo publican, contribuirán a fortalecer los dos puntos anteriores

\* Médico cirujano por la Universidad de Barcelona (MD), Doctorado por la Universitat Rovira i Virgili (PhD), actualmente profesora investigadora titular de la Universidad de Guadalajara. Líder del Cuerpo Académico Consolidado UDG-CA-454 *Alimentación y Nutrición en el proceso Salud-Enfermedad*, Departamento de Salud Pública, División de Disciplinas para el Desarrollo, Promoción y Preservación de la Salud, Centro Universitario de Ciencias de la Salud, Universidad de Guadalajara, Guadalajara, Jalisco, México.  
Contacto: Sierra Mojada 950, puerta 1, Centro Universitario de Ciencias de la Salud, Universidad de Guadalajara, Guadalajara, Jalisco, México, C.P. 44280. Correo electrónico: bvizmanos@cucs.udg.mx

(reconocimiento, pago justo y correcta práctica con auto-análisis incluido). México precisa más investigación en esta área de la salud. Es menester seguir creando mecanismos para que, desde etapas tempranas de su formación, los nutriólogos publiquen los resultados de su práctica profesional de manera sistemática, logrando una cultura de generación de conocimiento con evidencias.

4. En la clínica y en políticas públicas, participar y contribuir en la atención de una situación grave de la sociedad, respecto al *problema de sobrepeso y obesidad* en todos los grupos de edad y estratos sociales, asociados a los cambios en el estilo de vida y a la transición epidemiológico-nutricia y social. Con ello, han aumentado los problemas de salud ligados a una alimentación poco saludable, a una drástica reducción de la actividad física respecto a principios del siglo pasado, y a factores emocionales, sociales, económicos y de consumo, que hacen más complejo el abordaje de estos problemas, que deberán ser trabajados de manera interdisciplinaria colaborando con otros profesionales.
5. A pesar de la magnitud del problema de la obesidad y el sobrepeso, no debe perderse de vista, que es imprescindible seguir combatiendo también las situaciones de *desnutrición* que todavía persisten en algunos sectores de la población del país, incluidos sujetos con sobrepeso u obesidad que presentan deficiencias nutrimentales severas, a pesar de su situación clínica.
6. *Garantizar* por la vía regulatoria que sea imprescindible la *participación de un profe-*

*sional de la nutrición en todos los expendios de alimentos procesados*, para garantizar al consumidor todos los estándares de calidad que aseguren que estos fueron preparados en las condiciones de higiene necesarias para brindar, no solamente un consumo inocuo, sino que también sea saludable.

7. *Desarrollar innovaciones* con ingenio y creatividad, que combinados con conocimientos sólidos y actuales, permitan proponer una prevención y atención a los problemas de salud con nuevas perspectivas y alcances más exitosos.
8. *Incrementar la incorporación de nutriólogos en el diseño y fabricación de alimentos procesados* (aún sabiendo que éstos, deben ser de consumo limitado), para asegurar que estos expertos contribuyan a minimizar los efectos adversos del uso de ingredientes, conservadores o métodos de procesamiento menos saludables, asegurando la calidad y conservación en óptimas condiciones, hasta su consumo de los alimentos procesados.
9. Trabajar desde los gobiernos, a todos los niveles (municipal, estatal, federal) participando en la generación de políticas públicas, integrándose como tomadores de decisión y como profesionales de la salud, para *garantizar la Seguridad Alimentaria de toda la población*. En el esquema todavía existente de pobreza en un porcentaje muy grande de nuestro país, debemos ser parte de los mecanismos que logren asegurar que las cuatro dimensiones primordiales de la seguridad alimentaria (disponibilidad física de los alimentos, el acceso económico y físico a los alimentos, la utilización de los alimentos y la estabilidad en el tiempo de

las tres dimensiones anteriores) se cumplan en toda la población.

10. *Incorporar el uso de las Tecnologías de Información y Comunicación* para contribuir a la educación de la población y de los pacientes, siguiendo la tendencia social del uso de las nuevas tecnologías, para lograr mejores resultados. Cada vez más, se utilizarán herramientas de apoyo al nutriólogo y a la sociedad en la nube, con información de bases de datos internacionales actualizadas, seguimiento en línea que permitirán, desde cualquier plataforma conectada a internet, hacer análisis complejos y retroalimentar a los usuarios a distancia. Cuanto más capacitado esté el nutriólogo en este campo, con mayor facilidad podrá incorporar innovaciones en su práctica profesional, de manera cómoda y sencilla.
11. *Participar en la generación y comprensión de enfoques teóricos del comportamiento alimentario* con el fin de hacerlos más diversos, reconociendo su complejidad, evitando los mensajes simplistas que actualmente banalizan los conocimientos y el arte de los nutriólogos. Así, los nutriólogos serán capaces de generar y brindar intervenciones diferentes que han de lograr mayor impacto social, en beneficio de la salud de la población, logrando desarrollar una cultura alimenticia que rescate lo tradicional en este nuevo contexto.
12. Formar parte de una nueva fuerza, relacionada con el emprendurismo, que sea activa en *promover y potenciar la compra de alimentos a productores locales*, reduciendo el control de las ventas por parte de grandes comercializadoras, reduciendo los costos de transporte, conservación, distribución y comercialización, que encarecen dichos alimentos y afectan la frescura y su calidad final al llegar al consumidor. Estas iniciativas favorecen la generación de cadenas productivas, en un marco de desarrollo sustentable y esquemas de pago justo para los productores, cooperativas o incluso puede llegar a esquemas de intercambio o trueque entre ciudadanos.
13. *Internacionalizar al nutriólogo*, no solo en países de habla hispana, sino también en otros contextos. Por ello, y para asegurar su actualización a través de la lectura de artículos científicos actuales, los intercambios académicos y la participación en congresos, el nutriólogo debe *fortalecerse en el aprendizaje de otros idiomas*; principalmente, pero no exclusivamente, el inglés. Y también deberá acceder a procesos de homologación o certificación de sus conocimientos y competencias a nivel internacional.
14. *Involucrarse en generar información a partir de estudios de composición corporal con mediciones de rutina* para identificar asociaciones a lo largo de la vida, tanto en condiciones fisiológicas (desarrollo infantil y puberal, embarazo, menopausia, entre otras) como en situaciones patológicas (cáncer y otras enfermedades), lo que permitirá valorar el potencial efecto acumulativo del tejido adiposo durante la vida, del *timing* o *tempo* de desarrollo, así como evidenciar su influencia en la evolución de enfermedades, la supervivencia de pacientes en diferentes situaciones, y su capacidad de respuesta ante distintos tratamientos.
15. Ser *actores principales en la prevención, promoción y atención a las enfermedades*

*crónicas más frecuentes de la población, como podrían ser las que integran el denominado síndrome metabólico, con acciones de prevención y seguimiento a estas enfermedades con un enfoque integral y multidisciplinar, incidiendo en el desarrollo de hábitos alimentarios saludables, evitando centrar el objetivo en el peso e imagen corporal.*

16. *Participar activamente en consultoría nutricional, investigaciones e intervenciones* que involucren instituciones privadas, públicas y organizaciones no gubernamentales, para contribuir a asegurar la calidad en la salud alimentaria de la población, contribuyendo a compartir los conocimientos que se tienen, pues como dice el poeta Antonio Machado: *En cuestiones de cultura y de saber, sólo se pierde lo que se guarda; sólo se gana lo que se da.*

17. *Participar en la toma de conciencia de la población respecto a la importancia del consumo del agua natural*, como bebida principal del ser humano, el cuidado de sus fuentes en la naturaleza, así como de la seguridad en su procesamiento y manejo. Aunque puede suponer un cambio cultural profundo en los hábitos de la población, que acostumbra a consumir bebidas endulzadas tanto con edulcorantes naturales como artificiales, este hábito saludable, ayudará a reducir muchos de los problemas arriba mencionados.

18. *Estar siempre dispuestos a aprender y a superarse*, incorporando nuevas formas de realizar su práctica, como puede ser a través del *Nutritional Care Process*, completado con la consultoría o *coaching* nutricional, herramientas en las que se

combinan los conocimientos del nutriólogo con instrumentos o metodologías de trabajo de otras disciplinas. Aunado a esto, el nutriólogo debe trabajar en procesos alineados con normas internacionales para el aseguramiento de la calidad.

19. *Incorporar en su práctica diaria, los nuevos conceptos de nutrigenómica* (para comprender mejor la influencia de la dieta en la expresión de nuestros genes), y *Nutrigenética* (para identificar las diferentes respuestas de los sujetos de acuerdo a su conformación genética frente a alimentos similares), con el fin de traspasar fronteras en el quehacer tradicionalmente conocido del nutriólogo, y lograr resultados contundentes y de mayor beneficio para el sujeto y la sociedad.

20. *Asegurar una vida personal y profesional ética y digna*. En el discurso de la última toma de protesta de la Licenciatura en Nutrición del Centro en el que laboro, la recién titulada María Teresa Ascanio Sandoval, citó la siguiente frase del médico argentino René Gerónimo Favalaro, aplicable a cualquier formación del área de la salud: *En cada acto médico debe estar presente el respeto por el paciente y los conceptos éticos y morales; entonces la ciencia y la conciencia estarán siempre del mismo lado, del lado de la humanidad*. Invitaba a sus compañeros recién titulados a recordar que es obligación del nutriólogo *jamás olvidar, que el nutriólogo eligió una profesión que trata con seres humanos*, y que, por nada del mundo, debe olvidar ni hacer a un lado ese aspecto tan humano de su profesión.

Con estos 20 puntos, queda abierto un debate y líneas de trabajo que en diferentes medidas ya se han venido desarrollando, pero que de tomar conciencia un mayor número de profesionales de la nutrición, favorecerán un avance y reconocimiento de la labor del nutriólogo a todos los niveles. Es el propio nutriólogo, el que debe reflexionar, discutir y

tomar conciencia de éstos y otros retos de su profesión, a inicios del siglo XXI, para reinventar su rol en la sociedad presente y futura.

## REFERENCIAS

Dorantes, A., Martínez, C., & Guzmán, A. Endocrinología Clínica. Manual Moderno (pp. 863). Cuarta Edición, México, 2012.



► Fuente: <http://vidaserna.com/wp-content/uploads/2012/07/dietetica-nutricion.jpg>

## NOTICIAS

### El colegio de nutriólogos de León, celebran el día del nutriólogo

Comité Editorial REDICINySA

León, Gto., a 27 de enero de 2016. El comité ejecutivo del *Colegio de Nutriólogos de León* (periodo 2012-2014) integrado por la LNCA Ethel Zermeño, Presidenta; MIC Maritza López Vázquez Vicepresidenta; MSP Hugo Ortega Durán, Tesorero y MNC Marisol Mireles, secretaria, llevaron a cabo la celebración del día del Nutriólogo, en la instalaciones de la UNIVA, Plantel León. El evento llevó a cabo una acti-

vidad académica con la conferencia *Nutrición Ambiental y Seguridad Alimentaria: indicadores para integrar a la clínica*, a cargo de la Dra. Rebeca Monroy Torres, de la Universidad de Guanajuato. Se contó con la asistencia de nutriólogos de diferentes instituciones. Se aprovecha este espacio para invitar a los lectores a conocer más del *Colegio de Nutriólogos de León*, a través de sus Redes sociales de Facebook.





Se continúa con actividades y talleres con el programa de divulgación de la ciencia, SECINyA en la Escuela Secundaria Antonio Gómez Rodríguez de Pénjamo, Gto. (13 de enero de 2015)



## Diplomado de ecotoxicología



Guanajuato, Gto, 29 de enero de 2016. Se lleva a cabo el *Diplomado de ecotoxicología y salud ambiental*, organizado por el Cuerpo Académico de farmacología y toxicología del

Departamento de Farmacia, Campus Guanajuato, de la Universidad de Guanajuato. Se presenta la sesión de *Nutrición ambiental y seguridad alimentaria*.