

PEDIATRIA

Tomo I

JULIO MENEGHELLO

*Profesor de Pediatría. Universidad de Chile
Profesor de Pediatría. Universidad Católica de Chile
Jefe del Servicio de Pediatría. Hospital Roberto del Río
Servicio Nacional de Salud
Santiago, Chile*

*En colaboración con profesionales de la Salud
de la América latina*

INTER-*médica*
editorial

Buenos Aires, República Argentina

1972

Todos los derechos reservados.

Esta obra no podrá ser reproducida,
ni en forma parcial,
sin la autorización escrita
del editor.

Primera edición legalmente autorizada por el autor
y protegida en todos los países.

En: Pediatría. Julio Meneghello (Ed.). Tomo I. Capítulo 6.
"Nutrición Infantil." Buenos Aires, Argentina, Editorial Inter-
Médica, 1972.

IMPRESO EN LA ARGENTINA — PRINTED IN ARGENTINA

Queda efectuado el depósito que establece la ley N° 11.723

Registro Nacional de la Propiedad Intelectual N° 1.000.577

© by EDITORIAL INTERMÉDICA, S.A.I.C.I.

Junín 917, 1er. piso A, Buenos Aires, Argentina

Año 1972

ción de conocimientos, actitudes, destrezas, vivencias y hábitos que el educador intenta transmitir al educando.

Desde su nacimiento el individuo recibe diferentes estímulos o mensajes relacionados con la alimentación; como resultado, el niño conoce, a una edad temprana, los distintos alimentos y formas en que se los prepara en el seno familiar. Es necesario que esta serie de estímulos lleve una intención educativa y que, además de proporcionar al niño sustancias nutritivas para satisfacer su apetito, le enseñe gradualmente a consumir una alimentación adecuada.

La madre enseña al niño, desde los primeros días de su vida, a conocer, aceptar y diferenciar los sabores de los alimentos. El aprendizaje es acelerado en la primera edad: en el término de un año el niño puede llegar a conocer y distinguir sin dificultad la mayoría de los sabores, colores, olores, temperaturas y consistencias, y puede aprender a comer todos los alimentos. La enseñanza del niño es tarea casi exclusiva de la madre; por ello el médico necesita educarla con el fin de asegurar que el niño reciba la alimentación adecuada. En este sentido, la acción debe adaptarse al nivel educativo de la madre y a su capacidad de aprendizaje. Ante todo, debe proporcionarle la oportunidad de una vivencia propia respecto de la preparación de alimentos. Nunca será suficiente insistir en la necesidad de conocer en forma integral al educando, es decir, sus costumbres, su ambiente y sus necesidades. Es indispensable, además, que el educador tenga en cuenta estos hechos:

- a) que se aprende por experiencia propia;
- b) que el proceso de aprendizaje es individual, no así el de la enseñanza, que sí puede ser impartida en forma colectiva;
- c) que se aprende mejor cuando se tiene la información adecuada;
- d) que la repetición es necesaria, y
- e) que la educación es un proceso gradual y acumulativo, mediante el cual de un conocimiento simple se pasa a otro más complejo.

Por este último motivo, la enseñanza de lo que constituye una alimentación correcta es también un proceso gradual, que incluye la consideración especial de sus diferentes aspectos.

En la edad escolar los hábitos alimentarios del niño ya están prácticamente establecidos; sólo se amplía la gama de preparaciones eu-

linarias y la variedad de alimentos. En la escuela, el maestro le enseña a consumir nuevos alimentos, a que le gusten nuevas formas de preparación, y le transmite conocimientos sobre el valor nutricional y la importancia de cada uno de ellos, así como todo lo referente a las formas de su cultivo y producción.

Durante la edad adulta el cambio es sumamente lento, pero aun en esta época de la vida el individuo tiene oportunidad de adquirir nuevos hábitos alimentarios por endoculturación o transculturación. El conocimiento de las leyes que rigen el proceso del aprendizaje y las modalidades que adopta, en las distintas edades y dentro del ambiente en que el individuo vive, son básicos para el educador en nutrición.

La educación nutricional en el programa materno-infantil

Los programas materno-infantiles proporcionan un canal adecuado para la educación nutricional. Esta se lleva a cabo esencialmente: a) por medio de la consulta tanto del niño sano como del niño enfermo, y b) mediante grupos de madres o de padres de familia. En el primer caso, la enseñanza es individual y directa; tanto el médico como la enfermera enseñan a la madre a alimentar a su hijo. En el segundo, la enseñanza es de tipo colectivo, más formal y, al mismo tiempo, más general. El médico, el personal de enfermería, el inspector sanitario, la asistente social, en fin, todos los miembros del equipo de salud contribuyen a la educación de la madre enseñándole distintos aspectos relacionados con el cuidado del niño.

El tener a varias madres juntas no es menos importante, pues ofrece una serie de ventajas, como la oportunidad de abordar problemas comunes, de lograr un estímulo mutuo que facilite la exposición de cualquier duda que puedan tener y de compartir sus experiencias. El hecho de que varios miembros del equipo sanitario participen en la enseñanza de la madre obliga a la existencia de un acuerdo tácito entre educadores en cuanto al contenido básico mínimo del programa. De ello se deduce que la elaboración de guías es necesaria para la enseñanza de la alimentación del niño con el fin de que todos los educadores transmitan el mismo mensaje, y que la madre, aparte del centro de salud que visite y del educador que la entreviste, reciba la misma información básica.

Como ejemplo de este tipo de guías, pueden

citarse las elaboradas por el INCAP para la alimentación del niño durante el primer año de vida (fig. 6-44).

Para el educador en nutrición la posibilidad de enseñar a grupos de madres lleva implícita la necesidad de modificar la metodología, con el fin de que se ajuste a este tipo de enseñanza. Cada madre debe recibir atención casi individual, y todas deben participar en las prácticas de preparación de alimentos. Salta a la vista, pues, la conveniencia de que los grupos sean lo más homogéneos posible, para evitar que una madre lo sepa todo y las otras, por vergüenza, se abstengan de participar. La motivación de las madres para que asistan y tomen parte en este tipo de actividad puede lograrse mediante la promoción de cursos de esta naturaleza y del reconocimiento que se brinde a las madres que completan estos cursos en forma satisfactoria. La observación del desarrollo y crecimiento de sus hijos será el mejor instrumento para evaluar la efectividad del aprendizaje.

Para que el desarrollo de un programa de educación nutricia a través del sector salud

sea efectivo, se requiere que exista la debida coordinación entre éste y los demás programas que sobre el mismo tema adelanten otras agencias.

Es preciso que los programas de educación nutricia de las distintas agencias estén debidamente integrados y coordinados, no sólo desde el punto de vista administrativo sino, más importante aún, desde el punto de vista de la unificación de criterios y conceptos doctrinales.

Hay que recordar que la población por cubrir está en contacto directo o indirecto con agentes de cambio o educadores provenientes de las distintas agencias y que, por tanto, cualquier individuo puede estar sujeto a la influencia de más de uno de ellos. La más leve discrepancia entre estos educadores basta para sembrar desconfianza y recelo entre el público que participa del programa. Es, pues, requisito indispensable evitar que surjan conflictos personales o doctrinarios con otros educadores del programa. Y esto sólo se logra con una plena integración y coordinación.

Con miras a satisfacer esa necesidad, los

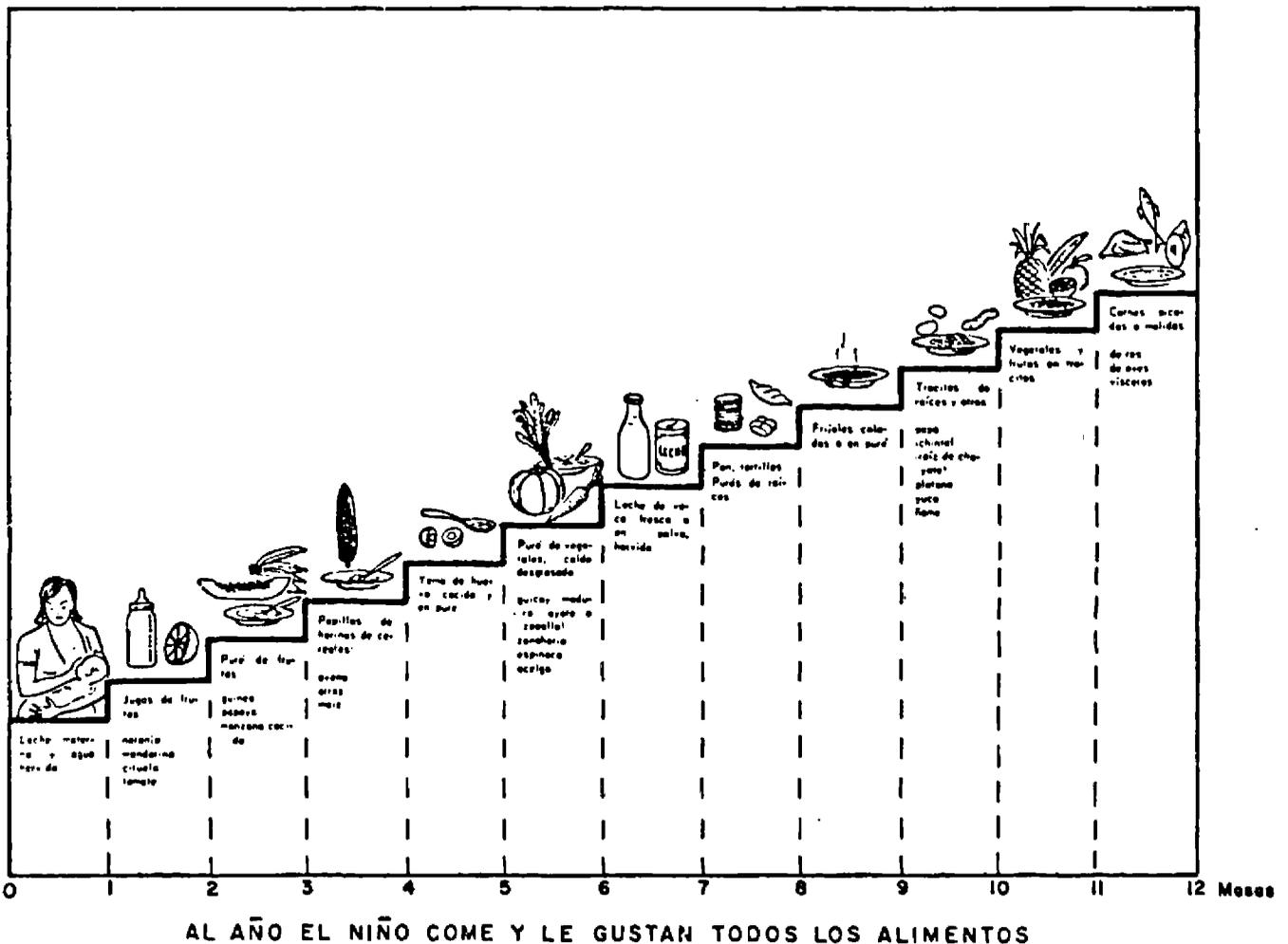


FIG. 6-44. — Alimentación del niño en el primer año de vida.

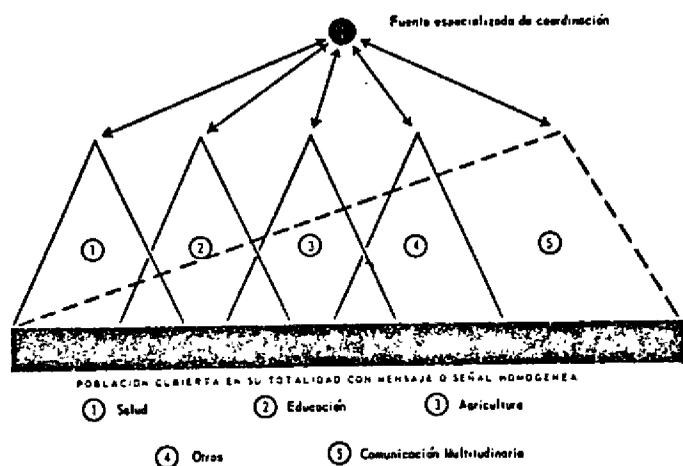


Fig. 6-45.— Cobertura total e integrada de un programa de educación nutricia.

programas de educación nutricia se organizan mediante la cooperación de las diversas agencias, oficiales o de otra índole que, bien coordinadas, se lanzan a la acción educativa referida a la nutrición.

Entre las agencias oficiales y los profesionales (utilizados como agentes de cambio o educadores) que se han integrado a este programa, cabe citar los siguientes:

Sector	Agencia	Profesional
Salud	Centro de Salud Hospital	Médico Enfermera Auxiliar de enfermería Inspector sanitario Educador sanitario Trabajador social Promotor sanitario
Agricultura	Extensión agrícola	Extensionista agrícola Educatra del hogar
Educación	Escuela parvularia Escuela primaria Escuela secundaria Escuela normal	Maestro Inspector Profesor

Por otra parte, existen otras agencias dependientes de instituciones autónomas, semi-autónomas o privadas que también desarrollan programas educativos sobre nutrición; por

ejemplo, las agencias de desarrollo comunal, de seguridad y bienestar social, de recursos humanos, de índole religiosa, etcétera. Además, en la propia comunidad existen agrupaciones locales, religiosas o de acción social interesadas en el desarrollo del mismo tipo de actividades. Por último, deben mencionarse los programas de comunicación multitudinaria por medio de la prensa, la radio, la televisión, el cine, etcétera, que han venido a ampliar el área de cobertura de los programas de educación alimentaria.

La figura 6-45 representa un esquema de los conceptos señalados. Cada uno de los triángulos (1, 2, 3 y 4) corresponde a un sector determinado, y el triángulo 5 al canal de comunicación multitudinaria. Según se observa, existe un traslapo en la cobertura correspondiente a cada sector; además, el programa de comunicación multitudinaria puede cubrir, en teoría, toda la población. En el vértice de dicho triángulo se ha localizado una fuente especializada de coordinación cuya función es muy definida: establecer y afianzar la coordinación que debe existir dentro del personal de la propia agencia (es decir, entre los profesionales que trabajan en ella a distinto nivel) y entre las instituciones oficiales o no que incluye el programa.

El sector salud desempeña un papel muy importante en el establecimiento de dicha coordinación; en efecto, tanto de palabra como de hecho, por lo general corresponde a esta agencia la promoción de tales programas y el establecimiento de normas de educación nutricia, instituidas sobre la base de las necesidades alimentarias de la población y los problemas de nutrición que ésta enfrenta. Al dietólogo, como profesional universitario, le corresponde un papel muy importante en esta coordinación, así como en el entrenamiento de los profesionales citados. Estos últimos, con la formación necesaria, podrán entonces actuar como agentes de cambio o educadores dentro de los programas habituales de su agencia.

REFERENCIAS

INCAP: *Principios de educación nutricional*. Serie "Nutrición en Salud Pública" (NSP-5). Guatemala, enero de 1962.

INCAP: *Principios de educación nutricional*. Serie "Láminas Narrativas" (LN-3). Guatemala, abril de 1967.

INCAP: *Qué es alimento*. Serie "Nutrición en Salud Pública" (NSP-11). Guatemala, noviembre de 1965.

INCAP: *Alimentación del niño en el primer año*. Serie "Nutrición en Salud Pública" (NSP-4). Guatemala, julio de 1961.

INCAP: *Cómo enseñamos a comer al niño*. Serie "Láminas Narrativas" (LN-1). Guatemala, mayo de 1963.

INCAP: *La educación nutricional en el centro de salud*. Serie "Nutrición en Salud Pública" (NSP-2). Guatemala, noviembre de 1960.

INCAP: *Organización de programas de educación nutricional*. Serie "Enseñando nutrición" (EN-12). Guatemala, febrero de 1960.

E-443

NUEVAS FUENTES DIETETICAS DE PROTEINAS: POSIBILIDADES Y REALIZACIONES

MOISES BEHAR

INTRODUCCION

Debe destacarse que la situación de los niños en lo referente a nutrición proteínica es más crítica que en los adultos, ya que por su condición de organismos que atraviesan por una etapa de crecimiento rápido son más exigentes en sus necesidades cuantitativas y cualitativas de proteínas. En Latinoamérica existen grandes grupos de población cuyas dietas habituales pueden satisfacer las necesidades de los adultos en cuanto a concentración y valor nutritivo de sus proteínas, pero no así las de los niños pequeños.

Concretamente, para lograr una nutrición proteínica adecuada, es fundamental que las dietas, al ser consumidas en cantidades suficientes para satisfacer las necesidades calóricas de los individuos, contengan una cantidad apropiada de proteínas (concentración), y que a la vez suplan todos los aminoácidos esenciales en cantidad y proporción adecuadas (valor nutritivo). Sin el consumo de productos animales, ambas condiciones son más difíciles de lograr en niños pequeños con los alimentos tradicionales.

En casi todos los países de América latina la dieta habitual de grandes sectores de población contiene proporciones muy elevadas de cereales y sus productos. En consecuencia, tanto la concentración como el valor nutritivo de la proteína de dichas dietas son bajos y a menudo insuficientes para satisfacer las necesidades proteínicas de la población, más aún las de niños pequeños.

Por otro lado, es de esperar que la mejor comprensión del problema ayude al desarrollo y a la aplicación de las medidas correctivas necesarias. En las secciones subsiguientes, se comentan a grandes rasgos varias de las medidas derivadas de los conocimientos actuales y de los avances de la ciencia y la tecnología.

Algunas de ellas ya se están aplicando y otras se encuentran en diversas fases de experimentación o desarrollo.

ENRIQUECIMIENTO DE DIETAS CON PRODUCTOS DE ORIGEN ANIMAL

En el estudio de la adopción de medidas orientadas a aliviar el problema de la alimentación en relación con las proteínas, lo primero que debería considerarse es la posibilidad de incrementar el consumo de productos de origen animal, pero esta medida presenta a menudo serios obstáculos de naturaleza económica y, en algunos casos, también de índole cultural.

El enriquecimiento de alimentos básicos, sobre todo de los productos de cereales con concentrados proteínicos de origen animal, como por ejemplo, leche descremada en polvo y concentrados de proteína de pescado, también es factible, siempre y cuando puedan obtenerse, por ese medio, alimentos enriquecidos a un precio razonable y con características organolépticas que no interfieran con su aceptabilidad por parte de los consumidores. En Chile se han hecho diversos ensayos de enriquecimiento de productos de harina de trigo con concentrados de proteína de pescado, pero no se ha logrado una aplicación generalizada de esta medida.

ENRIQUECIMIENTO CON OTROS CONCENTRADOS PROTEINICOS

Además de la suplementación de los productos de cereales que se mencionan en el párrafo anterior, podría lograrse un efecto benéfico complementando estos productos con concentrados de proteína de origen vegetal; por