

NUTRICION, COMPOSICION CORPORAL Y CAPACIDAD DE TRABAJO FISICO EN EL ADULTO DE REGIONES EN VIAS DE DESARROLLO ¹

Fernando E. Viteri ²

Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá (INCAP),

Guatemala, C. A.

Estudios recientes en el INCAP demuestran que el trabajador agrícola del Istmo Centroamericano que subsiste consumiendo una dieta subóptima posee una composición corporal subnormal en comparación con grupos similares que consumen una dieta adecuada y que trabajan en faenas similares. Al mismo tiempo, estudios fisiológicos indican que el individuo subóptimamente nutrido posee menor capacidad de trabajo físico que individuos activos mejor nutridos, que se fatiga con menor esfuerzo físico y que limita su actividad a su ingesta calórica, en condiciones usuales de trabajo. El gasto energético de este individuo es similar al de otro mejor nutrido en faenas similares, excepto en aquellas que son influenciadas por la masa corporal.

Se demuestra que una mayor ingesta calórica se traduce en mayor rendimiento en labores agrícolas. Las implicaciones de estos resultados se discuten desde el punto de vista del desarrollo del área centroamericana.

1 Presentado en el XV Congreso Médico Nacional que se celebró en Panamá, República de Panamá, del 3 al 5 de diciembre de 1970, bajo los auspicios de la Asociación Médica Nacional.

2 Jefe, División Biomédica del INCAP.