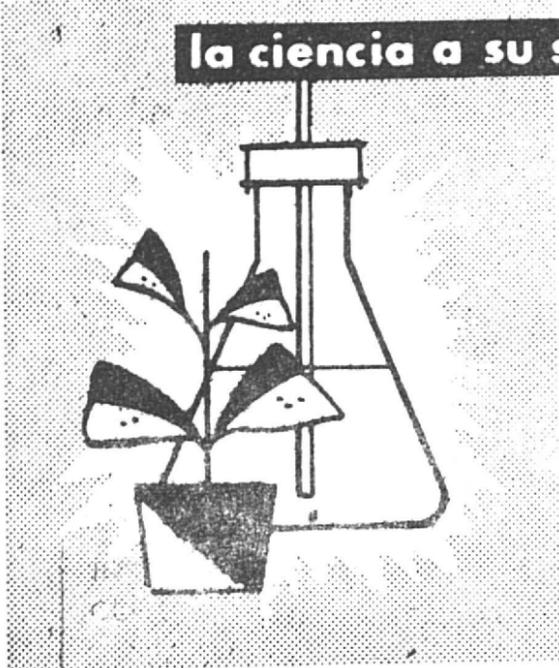


la ciencia a su servicio



Cómo lograr

UNA MAYOR ACEPTACION DE LA LECHE EN POLVO

La lucha contra la desnutrición debe ser preocupación de toda persona educada. Esta lucha hay que comenzarla poniendo al alcance de las madres de familia, productos baratos, nutritivos y fáciles de preparar. (Foto INCAP)



EN la mayoría de los países latinoamericanos el problema de la desnutrición infantil, especialmente en las áreas rurales alcanza proyecciones enormes por lo complejo de su solución. El mínimo consumo de productos de origen animal, así como de vegetales verdes y amarillos, y frutas, son los factores principalmente responsables de este

grave problema. Organismos nacionales e internacionales han iniciado programas de ayuda alimenticia, distribuyendo principalmente leche descremada en polvo, alimento este que reúne magníficas cualidades, debido a su alto contenido de sustancias alimenticias indispensables para el crecimiento y mantenimiento del organismo humano. La leche descremada en polvo, es de producción abundante en países prósperos, debido a su riqueza alimenticia y a la gran facilidad para su transporte y distribución.

SUSANA J. ICAZA

Jefa División Nutricional
INCAP - Guatemala.

Pero no siempre los programas de distri-

bución de leche descremada han dado los resultados esperados. En algunos lugares se ha encontrado cierta actitud negativa a la aceptación del programa, notándose en las madres resistencia a preparar y administrar la leche a sus hijos, a pesar de que reconocen que el niño necesita alimentarse mejor y que su salud no es buena.

Muchas madres no han expresado la razón verdadera de este rechazo. Evasivas o excusas han sido siempre las respuestas a preguntas directas de la razón por la cual no han ido a recibir la porción de leche que se les ofrece o el por qué no han dado al niño la leche que recibieron.

Al principio, los programas requerían de la madre una visita diaria, en horas en que ella estaba muy ocupada con sus quehaceres domésticos para recibir la leche líquida preparada en las condiciones más higiénicas posibles. Luego se sustituyó este método por la distribución de leche en polvo en cantidad suficiente para toda la semana, y se daban a la madre instrucciones precisas sobre la elaboración de ésta. Las instrucciones requerían de la madre cierto nivel educativo que le permitiera medir las cucharadas de leche necesaria para la porción, así como un equipo bastante complicado, si se tienen en cuenta las condiciones del área rural. Las instrucciones indicaban que el agua fuera hervida con anterioridad y

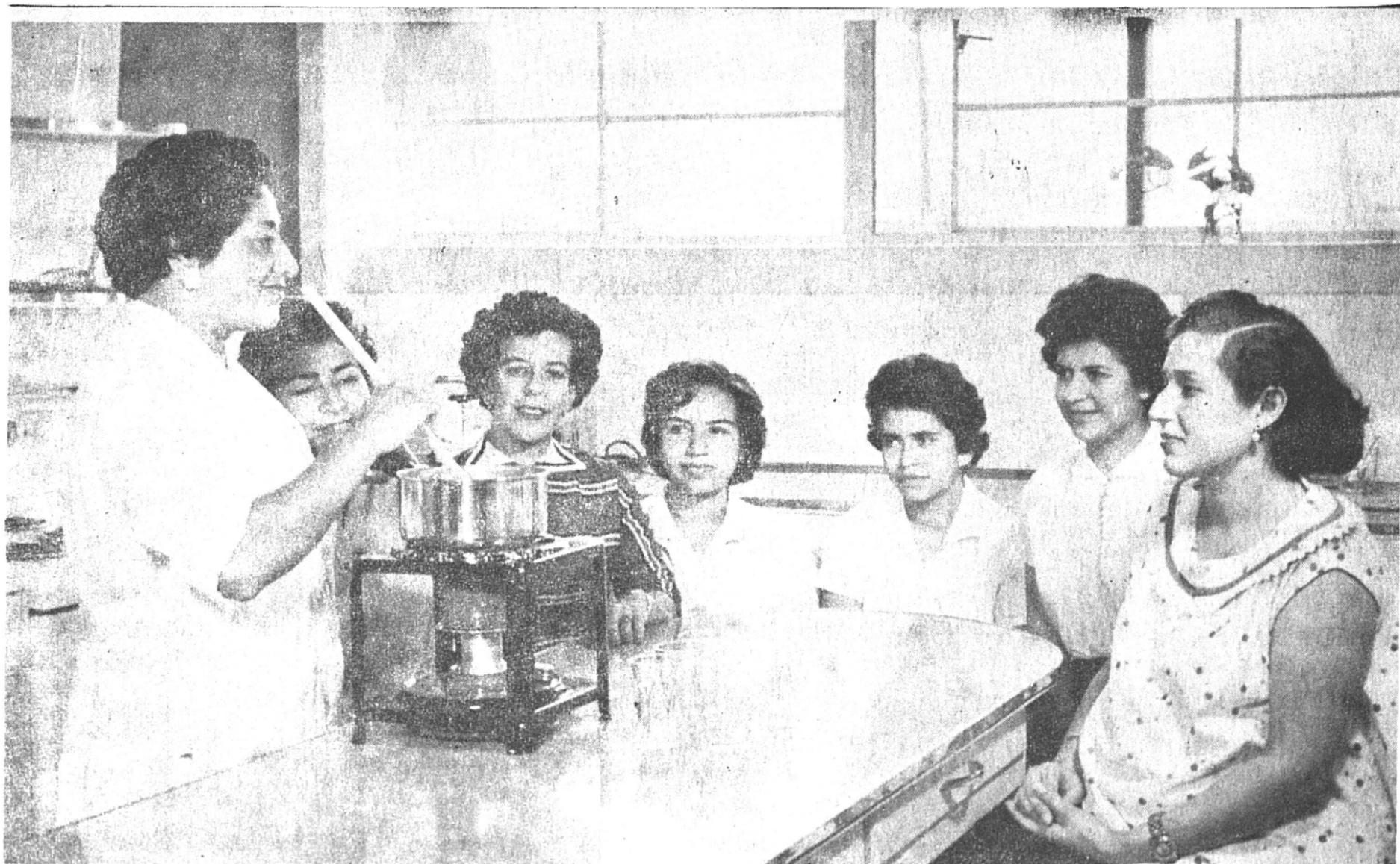
guardada en un recipiente tapado. Luego, era necesario otro recipiente para disolver la leche en una pequeña cantidad de agua hervida y enfriada, e ir agregando gradualmente el resto del agua hasta lograr una mezcla total. Generalmente la leche no quedaba bien disuelta y era necesario un colador para quitarle los grumos.

Estudiando cuidadosamente este proceso y observando a un gran número de madres, se llegó a la conclusión de que la razón por la cual no preparaban la leche era por el grado de complicación del procedimiento recomendado. Después de varios ensayos se convino en recomendar a las madres un nuevo método de preparación, mucho más sencillo y al alcance de las madres, el cual se ha puesto en práctica en una población rural de Guatemala, con resultados altamente satisfactorios.

La nueva forma de preparación requiere un equipo mínimo, que consiste en una olla y una paleta de madera. El procedimiento es sencillísimo: se coloca la olla con agua, al fuego, dejando hervir la leche por 10 minutos.

La olla puede ser de cualquier material; generalmente la más común es la de barro. La medida de leche puede ser una latita vacía, algún envase plástico, o cualquier otro recipiente pequeño que sea común en la población. También puede fraccionarse de antemano la

Las mejoradoras del hogar y otras personas empeñadas en programas de superación rural, pueden difundir entre las amas de casa, métodos prácticos y económicos de preparación de alimentos. La Señorita Ana Laurretta Díaz, enseña aquí la manera de preparar la leche en polvo. (Foto INCAP).



cantidad de leche en polvo que se distribuye y dar a las madres bolsitas plásticas o de celofán con la cantidad de leche que se va a utilizar en la preparación diaria. En este caso se especifica la cantidad de agua en vasos corrientes, pocillos de barro, tazas o cualquier otro recipiente que utilicen las familias para tomar sus alimentos y cuya capacidad sea semejante.

En la población rural de Guatemala en donde se puso en práctica el nuevo procedimiento, la distribución se hizo en bolsitas que contienen la cantidad exacta de leche en polvo para la preparación de la leche del día, evitando así que la madre tenga que aprender a medir cucharadas rasas y a contar el número preciso de ellas. La cantidad de agua se indicó en número de vasos. Al mismo tiempo se hicieron a grupos de madres las demostraciones sobre el nuevo procedimiento. En ningún caso fueron necesarias más de tres demostraciones y hasta la fecha, a cuatro meses después de ha-

berse iniciado el programa, alrededor del ochenta por ciento de las madres prepara y da a sus hijos la leche.

En el aspecto sanitario también se ha ganado muchísimo. Con el procedimiento anterior era muy común que después de hervida el agua y medida la leche, la manipulación de la misma no se hiciera en forma higiénica. Hubo casos en que la madre mezclaba la leche con la mano, en igual forma en que manipula la masa del maíz. Actualmente, al hervir la leche una vez mezclada, se garantiza su buen estado sanitario. Además la leche se disuelve completamente y no hay necesidad de colarla.

En vista de lo anterior, y de los resultados obtenidos hasta ahora, se presenta este nuevo procedimiento, esperando que al ponerlo en práctica en aquellos lugares donde también existen programas de distribución de leche, se logre una mayor aceptación de ellos y se solucione en parte, el problema nutritivo que actualmente confrontan nuestros países.

*Una sartén u olla, una paleta y un pequeño vaso,
es todo lo que ahora se necesita para la preparación fácil de la
leche en polvo. (Foto INCAP).*

