



SALUD Y NUTRICION

Una nutrición adecuada, en cantidad y en calidad, es clave para el buen desarrollo físico e intelectual del niño. Un niño que sufre desnutrición ve afectada su supervivencia y el buen funcionamiento y desarrollo de su cuerpo y de sus capacidades cognitivas e intelectuales.¹

Los efectos de la desnutrición en la primera infancia (0 a 8 años) pueden ser devastadores y duraderos. Pueden impedir el desarrollo conductual y cognitivo, el rendimiento escolar y la salud reproductiva, debilitando así la futura productividad. Este retraso en el crecimiento ocurre casi exclusivamente durante el periodo intrauterino y en los dos primeros años de vida.

Si el niño/a no está bien alimentado durante este tiempo, puede tener un efecto profundo en su salud, así como en su habilidad para aprender, comunicarse, pensar analíticamente, socializar efectivamente y adaptarse a nuevos ambientes y personas. Una buena nutrición es la primera línea de defensa contra numerosas enfermedades infantiles que pueden dejar huellas en los niños/as, de por vida.

Algunos de los problemas de desarrollo experimentados por niños desnutridos son causados por limitaciones a las condiciones fisiológicas básicas para la vida tales como: el aire, la comida, la bebida, el refugio, etc.; mientras que otros problemas son el resultado de una interacción limitada y estimulación anormal, las cuales son vitales para el desarrollo saludable. Una buena nutrición y una buena salud están directamente conectadas a través del tiempo de vida, pero la conexión es aún más vital durante la infancia. Más de la mitad de la mortalidad infantil en países de bajos ingresos, puede atribuirse a la desnutrición.

Una nutrición pobre durante la vida intrauterina y en los primeros años de vida lleva a consecuencias profundas y variadas, incluyendo: crecimiento físico y desarrollo motor retardados; efectos generales en el desarrollo cognitivo, resultando en un bajo coeficiente intelectual inferior en 15 puntos o más en los severamente desnutridos; un grado mayor de problemas conductuales y habilidades sociales deficientes en edad escolar; atención disminuida, aprendizaje deficiente y logros educacionales más bajos.

"La formación del sistema nervioso central, está determinada en los primeros 2 años de vida. Si durante este lapso el niño/a no recibe la alimentación y estimulación necesarias, se detendrá el crecimiento cerebral y el mismo no se desarrollará normalmente, afectando su coeficiente intelectual y capacidad de aprendizaje, corriendo el riesgo de convertirse en un

¹ La desnutrición infantil. Causas, consecuencias y estrategias para su prevención y tratamiento. Unicef.



"2020 Año del Bicentenario del Legado del General Manuel Belgrano"

débil mental. Este daño afecta a toda la sociedad, ya que la principal riqueza de un país es su capital humano y si éste está dañado, ese país no tiene futuro." Dr. Abel Albino. Presidente y Fundador de CONIN (Cooperadora para la Nutrición Infantil – Argentina)²

El derecho a la igualdad

Las grandes naciones se construyen con niños leyendo, escribiendo, aprendiendo a desarrollar sus habilidades psico-sociales y de auto conocimiento. Pero para que los niños puedan aprender estas habilidades primero, tienen que tener un cerebro sano, y para eso, es fundamental la nutrición durante el embarazo y los dos primeros años de vida.

La desnutrición es una consecuencia de la pobreza. Se trata de una problemática compleja que requiere una solución integral. Las personas que viven esta situación, están carentes de alimentación, de educación, de sueños, de alegrías, de proyectos y además no tienen dinero para cubrir sus necesidades básicas. Los especialistas actualmente consideran que para disminuir la desnutrición infantil es necesario "Cuidar el desarrollo del cerebro con buena nutrición y afecto, necesarios para una vida saludable".

La desnutrición en la niñez menor de 5 años incrementa los riesgos de muerte e inhibe su desarrollo cognitivo afectando el estado de salud de por vida. El hambre disminuye la escolaridad y perjudica la capacidad de aprendizaje, compromete la educación de los niños/as, es decir, su capacidad de aprender, clave para insertarse productivamente en un mundo de conocimiento.

² <https://www.unitedexplanations.org/2015/03/26/desnutricion-y-rendimiento-escolar/>