

LA DESNUTRICIÓN INFANTIL GENERA LA ÚNICA DEBILIDAD MENTAL QUE SE PUEDE PREVENIR Y REVERTIR, LA ÚNICA CREADA POR EL HOMBRE

■ ABEL ALBINO

1. El problema

El cerebro es el órgano que más rápidamente crece. Cuando el niño nace, el cerebro pesa del 1 al 2% de su peso corporal, alrededor de 35 a 70 gr (6 monedas de un peso para arriba). A los 14 meses, cuando camina, 900 gr (150 monedas de un peso), el 80% del peso definitivo, ya que en el adulto llega a 1.200 gr (200 monedas de un peso), por lo tanto el crecimiento gigantesco lo hace en el primer año de vida: 1 cm por mes. En efecto el niño nace con 35 cm, de perímetro craneano – que es la medida del canal del parto que todos hemos atravesado al nacer – y a los 12 meses tiene 47 cm. O sea que en el 1° año, creció 12 cm. ¿Cuántos centímetros crece en el segundo año? Solamente dos centímetros: 1 cm en el 1° semestre en el que se cierra la fontanela anterior y el cráneo pasa a ser “una unidad sellada”, y 1 cm en el 2° semestre. Lo hecho, hecho está! Las posibilidades de maniobra se van agotando; si queremos accionar sobre ese cerebro debemos hacerlo



Neurona de un niño normal, de dos años de edad que murió en un accidente de auto. Es un árbol florido

fundamentalmente en el 1º año de vida que es la etapa de la primavera del sistema nervioso central; después de la primavera, vendrá el verano, el otoño y el invierno; pero nunca más tendrá primavera. Es por eso que el Prof. Mönckeberg, destaca que el primer año de vida marca la suerte de ese individuo, de ese pueblo, de esa nación.



Neurona de un niño desnutrido. Es un terreno quemado

¿Por qué es tan importante el primer año de vida? Cada neurona – de los 100 mil a 140 mil millones que tenemos en los 3 milímetros de espesor de la corteza cerebral – 3 rayitas de un centímetro – emite entre 5.000 y 15.000 cables. ¿De qué depende que emita 15.000 cables, en vez de 2.000, 3.000 ó 5.000? De la buena alimentación 50%, y de la buena estimulación 50%. Si se lo alimenta adecuadamente y estimula adecuadamente, tendrá un cerebro cableado, estos cables luego se interconectan entre sí, dándole al individuo la memoria, la capacidad de relación, asociación, experiencia, etc. Ese cerebro cableado, maduro, intacto, con muchas interconexiones interneuronales podrá ser educado. La educación es una semilla maravillosa, pero toda semilla para fructificar necesita un sustrato, y el sustrato anatómico-fisiológico anatómico-funcional donde se siembra la educación, es un justamente un cerebro intacto. Si no tenemos cerebros intactos, no hay qué educar.

La desnutrición es el resultado final del subdesarrollo, genera pobre cableado neurológico y su consecuencia es la debilidad mental, la única que se puede prevenir, la única que se puede revertir, la única que es creada por el hombre. Ese niño estará condenado de por vida, no tendrá posibilidades de aprender y por ende, estará condicionado al desempleo y subempleo, repi-



Mujer lavando. El Agarrobal, Mendoza, Argentina

tiendo el ciclo de miseria, pobreza desocupación y subdesarrollo del cual fue víctima. El daño es individual y social!

Ahora bien, este vertiginoso crecimiento, insisto, no sólo depende de una buena alimentación, sino también de una buena estimulación afectiva. El papel fundamental lo cumple la familia, la única escuela de humanidad que existe. En efecto ¿dónde aprende un varón a ser varón sino es mirando a su padre? ¿Dónde aprende una mujer a ser mujer, sino es mirando a su madre? ¿Dónde, a respetar a un anciano sino se tuvo un abuelo, a un bebito o a un enfermo sino se vivió en familia? Es allí donde somos queridos y respetados, no por lo que tenemos sino por lo que somos.

El niño que se cría en un ambiente chato y gris, con ausencia de colores, de música, de alegría, con figuras maternas o paternas desdibujadas, cuando no ausentes; ese niño sufre deprivación afectiva. Esta deprivación impacta en el desarrollo cerebral del niño, reflejándose entre otros parámetros, en una disminución de su capacidad intelectual, que más tarde lo va a afectar negativamente en el proceso de aprendizaje (repitencia, deserción, etc.). Pobreza y desnutrición temprana frecuentemente coexisten, por lo que ambos factores potencian su acción negativa sobre el desarrollo cerebral. Ello es una observación constante en países subdesarrollados, donde gran parte de la población infantil sufre el retraso del crecimiento y también del desarrollo cerebral.

El desnutrido es más difícil de querer y expresarle afecto, un desnutrido causa distancia instintiva es flaco, feúcho, maloliente, pasivo, poco deman-



Tablas comparativas en dos niñas de 5 meses de edad, una de ellas desnutrida



Transiluminación del cráneo. a. - Una fuente potente de luz (flash) se aplica a la superficie externa del cráneo, y simultáneamente se toma una fotografía. b. - En un niño normal la luz penetra el cráneo y transilumina el líquido cefaloraquídeo que normalmente existe entre el cráneo y el cerebro, produciendo un pequeño halo de luz a su alrededor. c. - en un niño desnutrido, el cerebro se ha atrofiado, creando un espacio entre él y el cráneo, que secundariamente se llena con líquido cefaloraquídeo. Como consecuencia de ello, la transiluminación es intensa. Con ello se pone en evidencia la atrofia del cerebro en el desnutrido.

dante, y por ende no dan ganas de abrazarlo, ni besarlo, ni mimarlo, causa cierto rechazo. Todo esto hace que experimente soledad y abandono y a que se desencadene una progresiva depresión que lo debilitará a la hora de reclamar el afecto que necesita y merece. Generalmente sus madres son menores de edad, solteras y el afecto y estimulación que brindan a sus hijos es muy escaso. Sin lugar a dudas que todo ello, junto con la desnutrición, constituye un grave stress crónico, que podría explicar las alteraciones observadas en los mecanismos de defensa inmunológicos. Este hecho se ha podido comprobar durante la recuperación. Si además del tratamiento nutricional se agrega un intenso programa de estimulación psíquica y afectiva, mejoran los mecanismos y disminuyen las enfermedades infecciosas.

2. La solución

La solución sólo la encontramos focalizando en los orígenes del problema: realizando un abordaje integral e interdisciplinario de la problemática social que da origen a la extrema pobreza, involucrando a la madre como primer agente sanitario y figura principal en la vinculación con su hijo.

Para revertir este mal, debemos trabajar en prevención y recuperación de la desnutrición infantil, centrando el accionar en tres pilares: Docencia, Asistencia e Investigación, como venimos haciendo desde hace más de 20 años en la Fundación CONIN con resultados asombrosos: 0% de mortalidad infantil. Estos centros cuentan con servicios y programas destinados al niño y su familia, gracias a un equipo interdisciplinario (pediatra, nutricionista, estimuladora temprana, psicopedagoga, fonoaudióloga, asistente social, maestras de nivel inicial, talleristas, etc.) que aborda al niño desde sus múltiples necesidades y entrena a la madre para que sea ella la artífice de la recuperación de su hijo.



La desnutrición es el resultado final del subdesarrollo, de nada sirve que alimentemos a un chico, si lo devolvemos al ambiente hostil del que proviene; a los 15 días lo estamos alimentando nuevamente. Si queremos quebrar la desnutrición, debemos hacer un abordaje integral de la problemática social que da origen a la extrema pobreza. Buscamos dar respuestas concretas a cada problema concreto: docencia y asistencia al niño, su mamá y entorno familiar e investigación para validar el trabajo que realizamos

Para certificar el daño neurológico que produce la desnutrición y extrema pobreza trabajamos en fonoaudiología y otología con la Fundación Latinoamericana de Enfermedades Neurológicas Infantiles (FLENI): se detectó que el 85% de los niños desnutridos graves no tienen procesamiento auditivo, esto quiere decir que si bien escuchan, no comprenden el mensaje, pues el círculo vicioso de miseria, pobreza e incultura en el que se encuentran sumergidos ha determinado ya un daño cerebral. Nuestra temprana intervención es importantísima, ya que se revierte este problema, logrando que el niño pueda tener éxito en la educación formal, disminuyendo la deserción y la repitencia escolar significativamente

Los comedores infantiles, y el reparto de cajas de alimentos, constituyen una obra muy loable en cuanto obra asistencial y si bien contribuyen a la subsistencia física de los niños y a la riqueza ética de quienes solidariamente realizan esta tarea, sería inadmisibles que tales repartos constituyan la meta suprema de una política social de salud impulsada por el Estado, es más, de ser así, quedaría en evidencia la ignorancia e incapacidad de los funcionarios de turno para prevenir o curar la desnutrición infantil.

No cabe duda que los comedores infantiles son útiles en determinadas emergencias – terremotos, guerras, inundaciones, etc. – pero una vez superado el conflicto agudo, el niño debe retornar a su casa para comer en fa-



Mujer cocinando. El Agarrobal, Mendoza, Argentina

milia. La responsabilidad de la educación de los hijos, es de los padres, y se educa con el ejemplo. Si bien las palabras conmueven, es el ejemplo el que, arrastra y se concreta en la convivencia. La responsabilidad de alimentar a los hijos, también es de los padres, puesto que nadie en el mundo está capacitado antropológicamente para hacerlo mejor que ellos (especialmente en la etapa de la nutrición posparto).

Es legítimo que el Estado colabore en esta tarea, pero el mayor deber estatal debe contribuir a que los progenitores estén capacitados para asumir ellos mismos la responsabilidad que les compete, lo cual es substancialmente distinto a facilitar a quienes trajeron hijos al mundo, deleguen dicha responsabilidad en organismos estatales o sociales; por lo tanto, el objetivo ha de ser que el padre logre con su trabajo el pan, que la madre (aun la que trabaja fuera del hogar), pueda hacerse cargo de la cocina, y que toda la familia pueda sentarse cotidianamente en torno a la mesa, para compartir la comida y dialogando sobre los intereses de cada uno de los integrantes.

El vínculo con la madre es fundamental en el desarrollo saludable del niño, tanto físico como intelectual y emocional. En los Estados Unidos, se analizó a un grupo de hombres que se habían alistado como voluntarios para ir a la guerra de Vietnam. Eran hombres psicológicamente equilibrados, tenían motivos para ir: amor a su patria, conciencia cabal del protagonismo de ese gran país en el concierto de las naciones, etc. Pero también tenían motivos para volver: sus padres, su novia, su esposa, sus hijos, su estudio, su empresa, etc. Muchos de ellos no volvieron, ni podrán volver nunca más: los mataron. ¿Cuál fue el rasgo distintivo de todos estos hombres, muchos de los cuales murieron sin disparar ni un solo tiro? ¿Cuál era el elemento

común de todos éstos voluntarios que habían sido incapaces de matar? El Pentágono dio la respuesta: todos ellos habían tomado el pecho. Cuantos males de la sociedad violenta que hoy tenemos se evitarían si hubiese más madres y más padres, más familia, la única escuela de humanidad que existe. Más lactancia materna! “A de saber el hombre, que cuando una mujer da de mamar, tanto ella como su hijo están siendo más humanos”.

Si queremos grandes naciones, tenemos que concretar 5 acciones que deberían ser políticas de estado que se mantengan en el tiempo, aunque cambien los gobiernos:

1. Estimular y alimentar al cerebro del niño adecuadamente en el primer año de vida y mejor aún, en el embarazo y primer año. En efecto la mujer embarazada debe ser objeto de todo cuidado y protección. Cada embarazada nos aporta un ciudadano más. Entre todos debemos lograr que ese niño pueda desplegar su potencial genético, para tener igualdad de oportunidades. Debemos procurar que cada niño tenga una escuela donde ir, un agente sanitario que lo asista y una dieta equilibrada que le posibilite un desarrollo físico y mental adecuado. Esto ya no depende de las posibilidades físicas o financieras. Esta es una cuestión de prioridad política!
2. Educar ese cerebro. La educación es una semilla maravillosa, pero como toda semilla, necesita un sustrato donde sembrarse, y el sustrato ideal para sembrar educación es un cerebro intacto, estimulado y alimentado adecuadamente. Hay que hacer de la patria una gran escuela, advertía Sarmiento hace 150 años y esa pasión, esa filosofía, llevó a la Argentina a ser el 1° país del mundo en quebrar el analfabetismo. “Hay que educar al soberano”, decía Sarmiento hace 150 años y esa pasión, esa filosofía, llevó a la Argentina a ser el 1° país del mundo en quebrar el analfabetismo. “Hay que educar al soberano”, decía Sarmiento. Tenía razón. Solamente un pueblo es soberano cuando es educado.



3. Cloacas. En esta oportunidad, debemos rescatar la opinión de quien fuera el Primer Ministro de Salud de la República Argentina, el prestigioso médico de Santiago del Estero, Dr. Ramón Carrillo quien decía “los hongos, los virus y las bacterias como causas de enfermedad son pobres causas, comparadas con el daño tremendo que causa la falta de saneamiento ambiental”.



Letrina de rancho mendocino, Argentina

4. Agua corriente y ¡caliente! Nuevamente el ex Presidente Sarmiento nos advertía que el agua es como “la sangre de un cuerpo”. Si el Estado impulsara como política social, no solo la provisión de agua potable sino también de agua caliente, modernizaríamos la consigna bajo la cual tuvo notable éxito el Imperio Romano: carreteras, agua y derecho. El agua caliente está estrechamente relacionada con la higiene: es fácil ser limpio cuando uno tiene todas las comodidades, distinto es cuando se carece de estos elementos que también constituyen derechos humanos.
5. Luz eléctrica. “La luz es como la vista, no hay derecho que una persona quede ciega después de las 6 de la tarde”, decía Sarmiento. Cuando uno permanece dentro de un rancho nota que no tienen ventanas, pues de esa manera se protegen del frío y al no haber ventanas, tampoco hay luz al atardecer. Tampoco mesas donde los chicos pueden hacer sus deberes.

En fin, es muy triste la vida en la pobreza, los pobre no son vagos, son tristes. Tienen una tristeza profunda que linda con la depresión. Debemos ayudarlos a ponerse de pie, a sentirse importantes y queridos, de modo que renazcan en ellos, la alegría, la autoestima, la fe y la esperanza.

Debemos terminar con la eterna guerra del hombre contra el hombre e iniciar todos juntos, como hermanos que somos, la única guerra que vale la pena, la única en la que todos ganamos: la guerra del hombre contra el hambre.



Deseo expresar el gozo que para cada uno de nosotros constituyen los niños. Primavera de la vida, anticipo de la historia futura de cada una de las patrias terrenas actuales. Ningún país del mundo, ningún sistema político puede pensar en el propio futuro, sino a través de la imagen de estas nuevas generaciones, que tomaran de los padres el múltiple patrimonio de los valores, de los deberes y de las aspiraciones de la nación a la que pertenecen, junto con el de toda la familia humana. La solicitud por el niño, incluso antes de su nacimiento, desde el primer momento de su concepción y, a continuación, en los años de su infancia y de su juventud, es la verificación primaria y fundamental de la relación del hombre con el hombre. ¿Y por eso, que más se podría desear a cada nación y a toda la humanidad, a todos los niños del mundo, sino un futuro mejor en el que el respeto de los Derechos del Hombre llegue a ser una realidad plena en las dimensiones del 2000 que se acerca?

Juan Pablo II, *Asamblea Anual Naciones Unidas*, 1979.