

Las guías alimentarias para la población colombiana para menores de dos años se quedan cortas

Christian Camilo Valencia Rosero

Profesor de Nutrición y Dietética

Universidad Mariana

Como resultado de la Conferencia Internacional de Nutrición, organizada por la Organización de Naciones Unidas para la Alimentación (FAO) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) en Roma en 1992, “los países participantes se comprometieron a elaborar directrices nacionales en materia de alimentación en forma de Guías Alimentarias, teniendo en cuenta la evidencia científica proporcionada por fuentes nacionales e internacionales” (Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF) y FAO, 2020, p. 24).

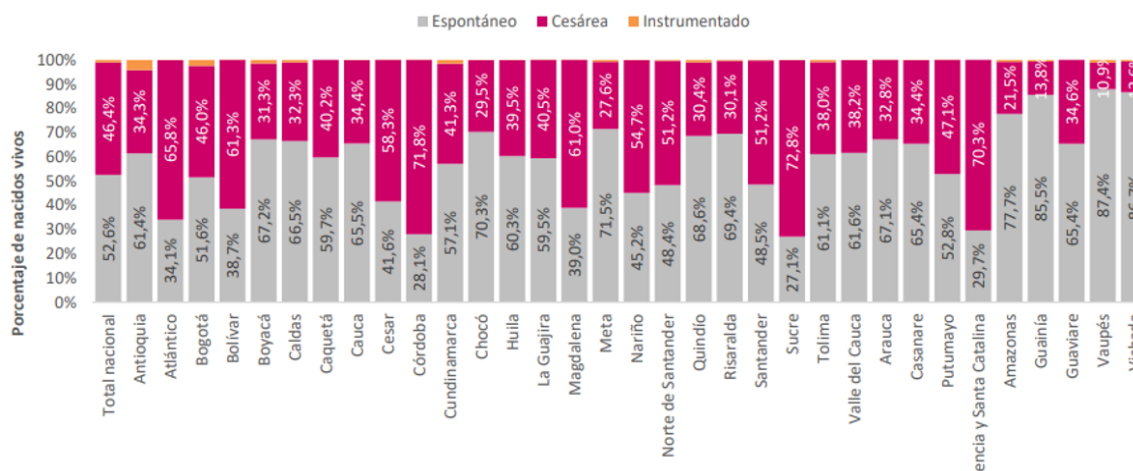
Colombia, en cumplimiento de dicho compromiso, implementó las Guías Alimentarias para la población colombiana basadas en alimentos (GABAS) (ICBF y FAO, 2020), documento que, a través de mensajes y recomendaciones, constituye una manera práctica de alcanzar metas nutricionales establecidas para la población; sin embargo, a pesar de que dichas guías cuentan con un enfoque diferencial para cada región del país, no es así para cada municipio de los 32 departamentos del país cafetero.

Las Guías Alimentarias son un conjunto de planteamientos que brindan orientación a la población sobre el consumo de alimentos, con el fin de promover un completo bienestar nutricional. Son dinámicas, flexibles y temporales, toman en cuenta el patrón alimentario e indican los aspectos que deben ser modificados o reforzados. (ICBF y FAO, 2020, p. 27)

Partiendo de la característica dinámica de estas guías, deben ser actualizadas periódicamente, considerando “la evolución de los hábitos alimentarios, las características de la morbilidad de la población y el desarrollo de nuevos conocimientos en materia de alimentación y nutrición” (ICBF y FAO, 2020, p. 24). Tal como lo han hecho Estados Unidos, México y Ecuador recientemente, es imperante que este documento sea actualizado, ya que para el contexto actual del país se ha quedado corto, y más aún cuando se habla de una población tan particular como las madres lactantes.

Figura 1

Porcentaje de nacidos vivos según tipo de parto por departamento



Nota. Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE) (2020).

Por otro lado, según la (OMS, 2015), la tasa ideal de cesáreas debe oscilar entre el 10 y 15 %; no obstante, para Colombia, la práctica de esta intervención desde el año 2015 hasta 2021 ha estado entre el 44 y 46,4 %. El panorama para el departamento de Nariño no es más alentador; en el año 2021 presentó un 54,7 % de cesáreas; es decir, 4,3 % por arriba de la media nacional y 39,7 % por encima de las recomendaciones de la OMS.

Adicionalmente, se debe considerar que la cesárea es una cirugía mayor; es decir, que genera una gran lesión en la humanidad de la mujer lactante y, el proceso de recuperación posoperatorio demanda más recursos tanto fisiológicos como asistenciales, necesidades que no pueden ser cubiertas con recomendaciones como:

- Alimente a su bebé con leche materna; esto contribuye a recuperar su peso, prevenir el cáncer de mama y de ovario y fortalece el vínculo entre madre e hijo
- Aumente el consumo de agua y prefiera alimentos como carnes, vísceras rojas, pescado, lácteos, huevos, leguminosas, frutas y verduras
- Como mujer lactante, tiene el derecho a que su pareja, familia y sociedad la apoyen para hacer de la lactancia materna una práctica exitosa.

Con todo, es preciso que las instituciones tanto públicas como privadas que exigen la aplicación de estas recomendaciones (*al pie de la letra*) por parte del profesional en nutrición a madres en periodo de lactancia, comprendan el carácter dinámico de los eventos en salud, y que se tome medidas oportunas basadas en la evidencia científica, no sin antes hacer uso de dos de los atributos más sobresalientes del ser humano: la razón y el espíritu crítico.

Referencias

Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE). (2020). Nacimientos 2020. <https://www.dane.gov.co/index.php/estadisticas-por-tema/salud/nacimientos-y-defunciones/nacimientos/nacimientos-2020>

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF) y Organización de Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). (2020). *Guías alimentarias basadas en alimentos para la población colombiana mayor de 2 años*. FAO / Bienestar Familiar.

Organización de Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) y Organización Mundial de la Salud (OMS). (2014). Segunda Conferencia Internacional sobre Nutrición. <https://www.fao.org/3/as550s/as550s.pdf>

Organización Mundial de la Salud (OMS). (2015). Declaración de la OMS sobre tasas de cesárea. <https://www.who.int/es/publications/i/item/WHO-RHR-15.02>