

El crecimiento somático de los niños y su alimentación

(The somatic growth of children and its supply)

Leopoldo Vega Franco*

Los avances en el conocimiento acerca de la salud y el crecimiento de los niños en distintas etapas de su vida, así como esta contribución para la salud pública, ha permitido saber cuándo en los niños ocurren las etapas de rápido crecimiento y desarrollo, y también que las enfermedades en estas etapas de la vida inciden de manera negativa en el crecimiento corporal, tanto por el gasto energético generado por las enfermedades infecciosas, como por incidir en el apetito de los niños y con frecuencia, en la digestión y absorción de nutrientes: basta que la temperatura corporal en los niños aumente para que ocasione un gasto extra de la energía de las reservas corporales, interfiriendo en su desarrollo ponderal; por otra parte, se sabe que la generalidad de las enfermedades en la infancia, desaceleran la adquisición de las conductas involucradas en la evolución psicosocial de los niños, por lo que en la primera mitad del siglo XIX, los médicos empezaron a interesarse en el estudio de las conductas sociales y en gran parte, en las contribuciones de Piaget y Gesell, que expanden su conocimiento, no sólo acerca de las enfermedades de los niños, ya que gradualmente surgieron consorcios dedicados a la industria de alimentos y empezaron a desarrollar lo que ahora son los complementos nutrimentales; sin embargo, para esto fue necesario que poco antes de culminar el siglo XVIII se empezaran a descubrir las vitaminas, lo que culminó en la década de los cuarenta con el descubrimiento de la última de éstas, para así conocer que en la alimentación de los niños no sólo las proteínas, los hidratos de carbono y las grasas son indispensables para preservar el crecimiento corporal, sino que también juegan un papel importante tan-

to en el desarrollo psicosomático, durante su primer año de vida, como en lo que le resta de vida.

Es oportuno mencionar que los mayores avances en el conocimiento científico en relación con la nutrición se hicieron en un lapso de no más de cuatro decenios, durante la primera mitad del siglo pasado, en el que la industria química pudo conocer los componentes químicos de las vitaminas, incluso los concernientes a los aminoácidos y grasas que precisa el organismo para preservar la vida. Es por esta razón que hay en el mercado productos para complementar la carencia o el bajo contenido de los nutrientes en la dieta, sobre todo aquéllos indispensables en las distintas etapas del crecimiento y desarrollo de los seres humanos, ya sean como complementos de vitaminas, de minerales o de proteínas, para poder cubrir las exigencias nutrimentales de los organismos en crecimiento, así también para personas en el otro extremo de la vida. Por ello ha sido posible estimar, con cierto grado de certeza, el aporte nutrimental de las proteínas, energía, minerales y vitaminas, que exigen los niños durante su crecimiento y desarrollo, para de esta manera lograr su cabal desarrollo somático en las distintas fases de su vida.

Es por todo que esto que los médicos, particularmente los pediatras, debemos reconocer las manifestaciones clínicas de las deficiencias nutrimentales, sean éstas de proteínas, grasas, vitaminas o minerales, particularmente para saber si los niños que viven en condiciones de miseria tienen deficiencias de nutrientes, por lo que requieren una dieta que les permita satisfacer sus carencias y sus necesidades diarias.

A pesar de que parezca increíble que al culminar el último siglo del milenio pasado aún habían, en este país, núcleos de población viviendo en pobreza alimentaria: como en Oaxaca, Guerrero, Chihuahua y otros estados, parece que, en este tercer milenio, aún continúa la historia iniciada en este país hace casi cinco siglos. Por eso me parece trascendente no olvidar que aún hay niños mexicanos desnutridos cuando ya existe

* Editor de la Revista Mexicana de Pediatría.

Este artículo puede ser consultado en versión completa en
<http://www.medigraphic.com/rmp>

como problema de salud pública la obesidad en la población general; como contraste, los pediatras estamos cada vez más preocupados por las consecuencias de la obesidad: la que abate a un amplio grupo de niños; debido al excesivo aporte de nutrientes energéticos en su alimentación.

En torno a estas reflexiones, decidí consultar el segundo tomo de esta revista (1932)¹ y en ella encontré, con relación a las deficiencias de vitaminas en los niños, que había un artículo de los doctores Anastasio Vergara E. (pediatra) y Lino Vergara E. (oculista) acerca de «Un caso de avitamínosis A con xeroftalmia», en este documento los autores hacen referencia al descubrimiento de esta vitamina en 1915, por Osborne y Mendel, lo que me condujo a rememorar mis experiencias en la sala de niños desnutridos en el Hospital Infantil de México (HIM), y después mis vivencias como Patrono responsable en el Centro de Recuperación Nutricional de la Cruz Blanca Neutral hace 20 años, cuando aún no era raro que los niños desnutridos tuviesen a su ingreso

al hospital, signos clínicos de deficiencia de esta vitamina;² fue de esta manera, despertando vivencias, que me pareció de interés relatar lo que ha significado, en el ejercicio de la pediatría, conocer el contenido nutrimental de los alimentos que consumimos diariamente, curiosidad que hace poco más de un siglo despertó en el ocaso del siglo XXI. Es por todo esto que he querido resaltar la importancia de los niños, de su correcta alimentación de los niños, para lograr su potencial de crecimiento normal y el desarrollo pleno de sus habilidades; es pues, para los pediatras, una línea que exige constancia en su labor diaria como consejero de los padres y los pequeños hijos, los que están creciendo y desarrollándose.

Referencias

1. Vergara EA, Vergara EL. Nota acerca de un caso de avitamínosis A, con xeroftalmia. *Rev Mex Pediatr* 1932; 2(7): 454-61.
2. Vega FL. Deficiencia subclínica de vitamina A en los niños. *Rev Mex Pediatr* 1994; 61(6): 252-253.