

AVANCES EN EL CONOCIMIENTO Y TRATAMIENTO DEL BAJO RENDIMIENTO ESCOLAR



Lic. Adrián Roel Favela

Director, Instituto de Bienestar Integral S.A. de C.V.

El bajo rendimiento escolar es uno de los problemas que más preocupan a padres y maestros. El impacto psicológico para el niño que presenta bajo rendimiento escolar es de sufrimiento y puede dejar secuelas importantes en su desarrollo que pueden afectar a su calidad de vida. Se calcula que un 20% de la población infantil presenta bajo rendimiento escolar. Los costos económicos y sociales del problema son enormes.

Las causas del bajo rendimiento escolar son diversas y para su tratamiento se requiere de un diagnóstico correcto y exhaustivo. Las principales causas son el trastorno de déficit de atención y los problemas del aprendizaje tales como dislexia y problemas asociados. Uno de los factores más importantes, y hasta ahora poco consideradas, son las deficiencias nutricionales.

Las vitaminas, minerales, ácidos grasos esenciales, aminoácidos, enzimas e incluso hormonas, interactúan entre sí para brindarnos un óptimo rendimiento físico y mental, por lo tanto la deficiencia, o el mal funcionamiento de alguno de éstos, juegan un papel importante en el bajo rendimiento escolar.

Las deficiencias nutricionales hoy en día son más comunes de lo que imaginamos, desgraciadamente en muchas ocasiones no tenemos conocimiento de éstas y van causando daños que interfieren en el comportamiento de nuestros hijos ocasionando graves problemas de atención y aprendizaje, si no consideramos el aspecto nutricional en el tratamiento de éste problema, no obtendremos buenos resultados en el largo plazo.

Recientemente se han realizado investigaciones en Metametrix Laboratories de Atlanta, Georgia, en sangre y orina, de niños y adolescentes con bajo rendimiento escolar. Donde se evaluaron ácidos grasos, antioxidantes, vitaminas y minerales, aminoácidos, metales pesados etc. Los resultados obtenidos, revelaron los datos siguientes, que atañen una serie de deficiencias:

- 95% presenta deficiencias de Antioxidantes.
- 90% presenta deficiencias de Ácidos Grasos Omega 3 y 6..
- 75% presenta deficiencias de Zinc.
- 70% presenta deficiencias de Magnesio.
- 60% presenta alteraciones en Aminoácidos Esenciales.
- 40% presenta deficiencias de Vitaminas del Complejo B.

Estos resultados concuerdan con los encontrados por otros centros de investigación de Estados Unidos, Europa, Australia y Canadá.

Tras estos hallazgos, se han acumulado una gran cantidad de evidencia sobre las deficiencias nutricionales y el bajo desempeño en la escuela; se han publicado una gran cantidad de artículos sobre los efectos de administrar un solo tipo de nutriente. Los resultados han sido generalmente positivos, aunque no contundentes. No obstante, cada uno de los nutrientes ha probado su eficacia de forma

aislada, y se admite que cuando se administran juntos, se produce un efecto de sinergia (el todo es mayor que la suma de las partes), que lleva a mejores resultados.

Conforme a lo anterior, se asume que se cuenta hoy en día, con un elemento más del tratamiento para corregir el bajo rendimiento escolar, que sirve como fundamento para permitir que las otras estrategias de tratamiento, psicológicas, educativas y familiares sean más eficaces. Más importante aun, sin efectos secundarios negativos ni secuelas de largo plazo.



Revista de la Facultad de Salud Pública y Nutrición
Ave. Dr. Eduardo Aguirre Pequeño y Yuriria ,
Col Mitras Centro, Monterrey, N.L. México 64460
Tels. (8)348-4354, 348-6080, 348-6447
respyn@uanl.mx



[Universidad Autónoma de Nuevo León](#)
webmaster@uanl.mx



Educación para la vida