

# INFLUENCIA DE LA ALIMENTACION EN EL DESARROLLO DE LOS ESCOLARES

Dr. Adolfo SERIGO SEGARRA

## 1. INTRODUCCION

En la población escolar la influencia de la alimentación en el desarrollo pondero-estatural es muy notoria. El autor, en un trabajo (A. Serigó Segarra, «Problemas de nutrición en la población escolar madrileña», *Revista Clínica Española*, año XIX, tomo LXIX, núm. 6, 30 de junio de 1958) ya antiguo, dedujo que en aquella época:

1.º La hiponutrición se manifiesta en la edad escolar a partir de los seis a ocho años, y alcanza su nivel máximo a los nueve años en el peso y a los diez en la talla.

2.º El retraso es más precoz, pues, en el peso (tejidos blandos) que en la talla (tejidos duros). Esta diferencia es de un año, aproximadamente.

3.º A los doce años este retraso expresado en edad cronológica viene a ser de un año. Expresado en índices de nutrición y talla, es de alrededor de un 65 por 100, de una desviación típica.

4.º La encuesta de alimentación permite afirmar que no hay desnutrición calórica, sino proteica y falta de calcio.

5.º Se creía que la labor sanitaria se debería enfocar en:

a) Mejorar las condiciones sociales del ambiente.

b) Continuar con suplementos de leche y queso en las escuelas, creando cantinas para todos los escolares con signos de desnutrición.

c) Enseñar a la gente a comer: que sepa invertir adecuadamente su dinero en alimentación.

A conclusiones parecidas llega el doctor Palacios Mateos y colaboradores (J. M. Palacios Mateos, A. García Almansa, F. Vivanco, M. D. Fernández, R. García Robles y B. Moreno Esteban, «El crecimiento de los niños españoles desde el nacimiento hasta los cinco años, *Rev. Clín. Española* de 15 de septiembre de 1970): «como hemos dicho, los niños de seis a catorce años bien alimentados son unos cinco centímetros más altos a los seis años de edad, que los niños peor alimentados. Esta diferencia se mantiene invariable hasta los catorce años, no produciéndose recuperación del retraso adquirido». Desde luego, en el nacimiento todos los niños son iguales, y el retraso se empieza a manifestar a partir del destete.

Para estos autores la alimentación preescolar es esencial, es equivalente a la desnutrición infantil propia de los países tropicales, denominada Kwashiorkor.

El subdesarrollo socioeconómico influye en el desarrollo pondero-estatural, como se puede comprobar por un trabajo de R. Tojo y colaboradores (R. Tojo, C. Alonso, H. Iglesias y C. Esquete, «Estado nutricional de los niños escolares de Galicia», *Noticias Médicas*, martes 5 de junio de 1973 [resumen]), realizado en Galicia. Existen en dicha región diferencias importantes entre los niños del

medio urbano (situación aceptable), costero (deficiente) y rural (muy deficiente).

Sin embargo, el desarrollo estructural del español ha mejorado en los últimos años (A B C domingo 11 de febrero de 1973, p. 41). Los reclutas españoles son más altos, y observando las tablas de tallas de reclutas que publica el INE y comparándolas con datos de hace diez y más años, se puede comprobar esta afirmación. Hace diez años, el 10 por 100 de los españoles medía entre 1,55 y 1,59 m.; en la actualidad, sólo el 6,5 por 100. La región cuyos habitantes son más altos es la vasca, les siguen los catalanes e inmediatamente los madrileños. Los andaluces y los extremeños-manchegos son los más bajos. Sin embargo, las diferencias son pequeñas; mientras la media española es de 1,68 m., la vasca es de 1,71 m. y la andaluza se aproxima a 1,67 m.

También existe diferencia entre la población urbana y rural, que tiende a compensarse debido a los procesos de migraciones interiores.

La alimentación y el deporte en España han mejorado la estatura y condición física de los españoles. El desarrollo social y económico que ha experimentado el país en estos últimos años se advierte también en sus habitantes. La tendencia de aumento hace que se vaya aproximando a la media europea, cada vez más cercana.

Las estadísticas señalan que España, en cuanto a alimentación, ocupa en la actualidad un lugar intermedio entre los países muy desarrollados y subdesarrollados.

La cifra de nivel calórico medio en nuestro país está alrededor de 3.000 calorías por persona y día, francamente aceptable; sin embargo, hay déficit en algunos estratos de la población de proteínas animales, calcio (no se toma suficiente leche), hierro y vitaminas, especialmente del grupo B.

Quizá en el ámbito escolar la labor más importante del médico escolar sería desarrollar una auténtica educación sanitaria en el ámbito nutricional, acompañada de un complemento alimentario en las escuelas de las zonas más pobres, como se hace en Inglaterra.