

Salud y alimentación



depende
los

No existe una única manera de definir la "salud". El significado del concepto fue cambiando con el paso del tiempo, y según las diferentes culturas. Esto quiere decir que es una construcción histórica y política, relacionada con las creencias de cada sociedad. Por ejemplo, durante la Edad Media las personas usaban amuletos y crucifijos para conservar la salud y prevenir enfermedades.

Si bien se relaciona con aspectos biológicos (como la nutrición y el tratamiento de enfermedades), la salud también se vincula con otras cuestiones, como las posibilidades de desarrollo, las condiciones de vida y los aspectos psicológicos que hacen al bienestar de una persona.

Cada cultura crea un modo deseable de ser "sano". Ese ideal de salud responde a las visiones de los grupos dominantes, a una determinada distribución de los recursos, y al modo en que esto es aceptado, rechazado o modificado por los demás actores sociales. Por ejemplo, las elites intelectuales argentinas de fines de siglo XIX persiguieron a chamanes y curanderos en nombre de la ciencia, lo que era rechazado en las poblaciones rurales que no accedían a los médicos profesionales.

Una de las actividades más importantes en nuestra vida cotidiana es la alimentación. La alimentación es mucho más que la nutrición, que consiste en ingerir alimentos según nuestras necesidades vitales. Se relaciona con temáticas más complejas, con el modo en que la sociedad se organiza política y económicamente, con lo que cada cultura construye como "alimento", y con la forma en que los ritos y las religiones influyen en ella. Por ejemplo, los mayas le otorgaban al maíz un carácter sagrado, lo consideraban un elemento constitutivo en la creación del hombre.

Una buena alimentación es la base de una vida saludable y, por eso, resulta un tema fundamental en la vida de las sociedades: el modo de alimentarse es el modo de vivir.

La seguridad alimentaria



realizar la
sus pueblos,
e normas
desigualdades

La salud y la alimentación, entonces, muestran el modo en que las sociedades administran sus recursos. En la actualidad tenemos la capacidad de producir muchos más alimentos de los que necesitamos para sobrevivir; sin embargo, el acceso de las personas a una alimentación saludable es muy desigual. En vastas zonas del mundo, el hambre y la desnutrición constituyen problemas sociales muy graves que afectan a los sectores menos favorecidos.

La solución de este problema es de naturaleza política, ya que requiere de la participación de diferentes actores sociales y el diseño de políticas de "seguridad alimentaria". Según la Cumbre Mundial sobre la Alimentación de 1996, existe seguridad alimentaria cuando todas las personas tienen "acceso físico, social y económico permanente a alimentos seguros, nutritivos y en cantidad suficiente para satisfacer sus requerimientos nutricionales y preferencias alimentarias, y así poder llevar una vida activa y saludable".

La inseguridad alimentaria

Como vimos, la seguridad alimentaria es un objetivo que les brinda a las personas la posibilidad de gozar de una vida saludable. Entonces, ¿qué elementos provocan una mala alimentación? En otras palabras, ¿qué factores determinan la "inseguridad alimentaria"?

Para explicar por qué en el mundo hay personas que no gozan de una alimentación saludable es necesario recurrir a un esquema de explicación multicausal y simultáneo. Esto quiere decir que existen diversos factores que operan de manera conjunta, lo que aumenta el impacto negativo de la desigual distribución de los recursos alimenticios.

En primer lugar, la inseguridad alimentaria obedece a la imposibilidad de acceder a los recursos básicos como consecuencia de situaciones de pobreza. En la actualidad, una enorme porción de la población mundial no tiene acceso a la tierra y al agua, factores clave para la producción de alimentos. A su vez, esta situación se ve agravada como resultado de las crisis económicas, que son grandes generadoras de pobreza, y de las formas en que se desarrolla el comercio internacional, en las que los alimentos no son un derecho, sino bienes, cuyos precios aumentan según las necesidades de los comerciantes. Finalmente, catástrofes naturales como las sequías y las inundaciones provocadas por el cambio climático generan pérdidas de cosechas y, por lo tanto, escasez de alimentos.



En amplias regiones del mundo, las condiciones políticas y económicas provocan que muchas personas no puedan acceder a una alimentación saludable.



El hambre es el resultado de la mala distribución de los recursos y de condiciones de vida muy precarias. Los más perjudicados son los niños, especialmente los lactantes.

Niños, jóvenes y alimentación

La alimentación y la salud adquieren una importancia extrema en el caso de los niños y los jóvenes: una alimentación saludable es la base necesaria para el desarrollo de una persona en plenitud.

Así, por ejemplo, los niños y las niñas que no logran acceder a una correcta alimentación quedan mucho más expuestos a diversas enfermedades. Generalmente, esas situaciones están estrechamente vinculadas a la imposibilidad de acceder a otros recursos básicos. Los niños mal alimentados suelen vivir en zonas donde las condiciones de saneamiento (agua potable, disponibilidad de cloacas) y de urbanización sustentable son muy precarias, lo que incrementa aún más las posibilidades de contraer enfermedades.

En la mayoría de los casos, estas situaciones son estructurales, es decir, constantes y de larga data. Y otras veces se vinculan con escenarios de emergencia puntuales, como epidemias, guerras y catástrofes naturales. Dependán o no de los seres humanos, estos escenarios agravan un cuadro de fuerte desigualdad en el acceso a los recursos básicos, como agua potable y alimentos. En este esquema, los más perjudicados son los niños.

ACTIVIDADES

Salud y alimentación

1. Expliquen por qué alimentarse no es lo mismo que nutrirse.
2. ¿Cómo se relacionan la salud y la alimentación?
3. Expliquen, con sus palabras, el concepto de "seguridad alimentaria".
4. Escriban los factores que determinan la "inseguridad alimentaria".
5. Respondan: ¿De qué modo la pobreza afecta la alimentación de los niños y los jóvenes?

son los niños,
especialmente los
lactantes.



ACTIVIDADES

Salud y alimentación

1. Expliquen por qué alimentarse no es lo mismo que nutrirse.
2. ¿Cómo se relacionan la salud y la alimentación?
3. Expliquen, con sus palabras, el concepto de "seguridad alimentaria".
4. Escriban los factores que determinan la "inseguridad alimentaria".
5. Respondan: ¿De qué modo la pobreza afecta la alimentación de los niños y los jóvenes?



