

Obesos y desnutridos

Gladys Linares | viernes, 30 de noviembre, 2012 12:00 am



LA HABANA, Cuba, noviembre, [173.203.82.38](http://www.juventudrebelde.cu) -El 16 de noviembre apareció en las páginas del periódico Juventud Rebelde [un artículo de la periodista Maité María Jiménez](#) con motivo de la celebración del XVI Congreso Latinoamericano de Nutrición, Promoción de Salud y Prevención de Enfermedades, que sesionó recientemente en el Palacio de las Convenciones.

En dicho artículo, la doctora Mercedes Esquivel, investigadora titular del Departamento de Desarrollo y Crecimiento Humano de la Universidad de Ciencias Médicas de La Habana, declaró que “el incremento del sobrepeso es una tendencia negativa que se observa en el patrón de crecimiento y desarrollo de los niños cubanos, determinado en gran medida por las incidencias del medio en que se desenvuelven”.

Entre los malos hábitos alimentarios de los niños cubanos inciden varios factores. En primer lugar, los bajos ingresos de la familia cubana no permiten que haya variedad en la mesa. Los años de escasez de vegetales, frutas y cereales, han provocado que los más jóvenes no tengan hábito de comer estos alimentos. Además, no todas las familias tienen pesos convertibles para comprar leche,

queso, carnes, cereales o granos a precios exorbitantes en las tiendas en divisa.

Si bien es cierto que en las escuelas primarias se les vende almuerzo a los hijos de las trabajadoras por el precio de 7 pesos al mes, este es insuficiente y está mal elaborado. El menú, escrito en una pizarra, apenas varía, por lo que maestros y directores con frecuencia recomiendan a los padres que “refuercen” el almuerzo de sus hijos.

Lo que usualmente constituye la merienda de los niños es pan con croquetas, con pasta para bocaditos o con perritos, acompañado de refrescos, ya sean instantáneos o gaseados (de pipa).

Alrededor de los doce años de edad, cuando comienzan la enseñanza secundaria básica, ya no tienen horario de almuerzo y no se les permite salir. En lugar de esto, en las escuelas les dan un pan con frita (una especie de torta de harina con condimentos) y un vaso de yogurt de soya.

Durante más de cincuenta años en la libreta de racionamiento no se ha tenido en cuenta a este sector tan sensible de la población. Al cumplir tres años de edad se les suspende a los niños la cuota de trece compotas mensuales, vendidas mediante la libreta de racionamiento -sin embargo, en las tiendas que venden en divisas se venden diminutas compotas Gerber (71 g) al precio aproximado de 80 centavos de dólar-. De igual modo, a los siete años, se les quita la cuota de leche de vaca y en su lugar se les vende doce bolsas mensuales de yogurt de soya, hasta que cumplen los catorce años.

Son muchas las protestas de los padres por el retraso o la ausencia del suministro, a veces sin explicación, de este yogurt de soya. En verano, incluso, el problema se agrava, pues los camiones que lo transportan no son refrigerados y el yogurt a menudo se echa a perder.

En los últimos tiempos se dejó de vender la ración de una libra de pollo mensual y media libra de “picadillo condimentado” para los niños, y en su lugar se les oferta una libra de picadillo de res (con muy poca o ninguna carne y mucho pellejo), y media libra de mortadela, y muchos padres han protestado porque los niños pequeños se niegan a comerlos.

En este momento, para colmo de males, la libra de frijoles ha alcanzado precios de hasta 18 y 20 pesos cubanos, precio exorbitante para los cubanos, que

equivale a aproximadamente el salario de un día. Por este motivo, están quedando atrás los días en que, junto el típico arroz con frijoles era parte indispensable de la dieta de los cubanos.

Cada día, más cubanos comprendemos que ya la gordura no es hermosura ni sinónimo de salud. Lamentablemente, por mucha conciencia que tengan los padres cubanos respecto a la alimentación correcta de sus hijos, en el medio en que vivimos, comer no es tarea fácil y mantener una dieta saludable es prácticamente una misión imposible.