

Del genoma del Homo sapiens a los isómeros trans de los ácidos grasos

La tasa bruta de mortalidad de Argentina ha mantenido su descenso en los últimos cuarenta años; sin embargo, la participación proporcional de las causas cardiovasculares, principalmente infarto agudo de miocardio, en el total de las defunciones se ha duplicado. Actualmente, Argentina es el país del continente americano con mayor tasa de mortalidad por enfermedades cardiovasculares.

Simultáneamente, se registra una alta proporción de sobrepeso y obesidad, desnutrición crónica y déficit de micronutrientes, particularmente de hierro. Todo esto forma parte de las características de la etapa de postransición epidemiológica y nutricional en que se encuentra la población del país.^{1,2} A esta etapa se ha llegado no sólo a través de un mejor control de las enfermedades infectocontagiosas, sino al cambio demográfico de la población debido a una menor fecundidad y mayor esperanza de vida al nacer y el consecuente envejecimiento progresivo de la población.³

Esta preminencia de las causas cardiovasculares de defunción en la población general es, en cierta medida, consecuencia de acciones no iniciadas en las edades tempranas de la vida y no sostenidas posteriormente a través de estilos de vida saludables.

Los estilos de vida y los hábitos alimentarios se adquieren fácilmente en la niñez y son éstos los que se mantienen sin dificultades por el resto de la vida. Estos hábitos tienen profundas raíces que se sustentan en la propia historia y estilos de vida familiares, en la disponibilidad y accesibilidad de los alimentos, en la cultura y en el clima.

Se sabe que los factores de riesgo asociados con las defunciones por causas cardiovasculares se relacionan con la obesidad y el sobrepeso, la vida sedentaria y la escasa actividad física, el hábito del

tabaco y la alta ingestión de grasas saturadas.

En relación con estos factores, en los últimos 10 años hay estudios que cada vez más enfatizan la importancia que tienen en la dieta los isómeros trans de los ácidos grasos de los aceites vegetales como causa asociada a la enfermedad cardiovascular. La isomerización de los ácidos grasos obtenida luego de la hidrogenación se utiliza en la industria alimentaria para lograr la solidificación y mayor estabilidad de los aceites vegetales empleados en un sinnúmero de alimentos manufacturados, desde golosinas, alfajores, panificación industrial, barras de cereales, hasta mayonesas.

El trabajo del grupo que lidera M. Tavella que se publica en este número⁴ pone en evidencia la necesidad de implementar estrategias orientadas tanto a mejorar la calidad nutricional de alimentos muy difundidos entre la población, y particularmente entre los niños, como a promover estilos de vida saludables. Este grupo forma parte del Programa de Prevención del Infarto en Argentina, programa de la Universidad Nacional de La Plata, ejemplo de la acción comunitaria que puede realizarse desde una ONG en tres campos: docencia, investigación y extensión.⁵

El genoma humano se ha conformado luego de un millón de años de interacción de la especie con el ecosistema y en constante adaptación a éste, pero en los últimos 10.000 años, desde el advenimiento de la revolución agrícola hasta nuestros días, se han producido profundos cambios en el estilo de vida de la especie humana, en lo que a nosotros nos importa, referidos a la actividad física y a la dieta. Sin embargo, en este mismo lapso nuestro genoma no se ha modificado en respuesta a estos cambios. La incoherencia entre nuestro genoma y los estilos de

*Ver artículo
relacionado en
la página 102*

vida contemporáneos es responsable en buena medida de la alta prevalencia de obesidad y sobrepeso, así como de la alta proporción de defunciones debidas a enfermedades cardiovasculares.⁶

La preocupación de la OMS por las consecuencias que estos estilos de vida tienen sobre la salud se expresa en la resolución de la Asamblea Mundial de la Salud de mayo de 2002 donde insta a los Estados a lograr una estrategia encaminada a la prevención y control de las enfermedades no transmisibles a través de la promoción de estilos de vida saludables. Esta resolución se basó en el informe técnico de un grupo de expertos que analizó las evidencias científicas que relacionan las principales enfermedades crónicas nutricionales con la dieta y la actividad física, los que concluyeron en la necesidad de desarrollar estrategias de salud pública para promover estilos de vida saludables con una dieta adecuada y actividad física, para contribuir de esta forma a prevenir muertes y discapacidades relacionadas con la obesidad, diabetes, enfermedad cardiovascular, algunos cánceres, osteoporosis y enfermedad dental.⁷ En la misma Asamblea se instó a la OMS a elaborar una estrategia mundial que ha quedado expresada en un documento que se encuentra en proceso de consulta hasta su discusión en la próxima Asamblea Mundial.⁸

Fiel a esta preocupación, el Ministerio de Salud realizó dos reuniones de expertos, la segunda en marzo de 2004, tendientes ambas a la búsqueda de consenso para el diseño de una política nacional de alimentación saludable y vida activa.⁹

El Estado tiene la responsabilidad primaria de actuar en pro del bien común resguardando los derechos de todos, pero son las instituciones del tercer sector, las sociedades científicas y otras ONG, como expresiones de una sociedad organizada, las que deben asumir su responsabilidad en identificar las

necesidades y prioridades de la población y en expresar las propuestas de acciones viables ejerciendo también abogacía y movilización en la promoción del bienestar común. ■

Dr. Enrique O. Abeyá Gilardon
Consejo Asesor
Archivos Argentinos de Pediatría

REFERENCIAS

1. O'Donnell A, Carmuega E. La transición epidemiológica y la situación nutricional de nuestros niños. Boletín CESNI 1998; 6: 1-24 (accesible en <http://www.cesni.org.ar>).
2. Britos S, Scacchia S, Abeyá Gilardon E, Abalo C, Vinocur P, Méndez C. Lineamientos para el diseño de una política alimentaria. XIII Congreso Argentino de Nutrición. Grupo de Trabajo. Mar del Plata, noviembre 1999.
3. Ministerio de Salud, OPS/OMS. Situación de salud en Argentina 2003 (accesible en http://www.ops.org.ar/Files/situacion_2003.pdf).
4. Peterson G, Aguilar D, Espeche M et al. Ácidos grasos trans en alimentos consumidos habitualmente por los jóvenes en Argentina. Arch Argent Pediatr 2004; 102:102-109.
5. Programa de Prevención del Infarto en Argentina. Universidad Nacional de La Plata. [en línea] Octubre de 2003. <<http://www.propia.org.ar>> [Consulta: Abril 2004].
6. O'Keefe J, Cordain L. Cardiovascular disease resulting from a diet and lifestyle at odds with our Paleolithic genome: how to become a 21st-century hunter-gatherer. Mayo Clin Proc 2004; 79: 101-8.
7. Joint WHO/FAO Expert Consultation. Diet, Nutrition and the prevention of chronic diseases. WHO Technical Report Series N° 916. Ginebra 2003. [en línea] 25 de Abril de 2003. <http://www.who.int/hpr/NPH/docs/who_fao_expert_report.pdf>. [Consulta: Abril de 2004].
8. Documento de Consulta para la preparación de una estrategia mundial OMS sobre régimen alimentario, actividad física y salud. [en línea] 05 Febrero de 2003. <http://www.who.int/hpr/NPH/docs/consultation_document_spanish.pdf>. [Consulta: Abril de 2004].
9. Criticó González García a la industria alimentaria que introduce sustancias adictivas en sus productos. [en línea] 11 de marzo. <http://www.msal.gov.ar/hm/site/noticias_a.asp>. [Consulta: Abril de 2004].