

Comentario editorial

¿Y si el conde de Sandwich se hubiera dedicado más a la música?

Dr. Pablo Durán*

Existen diferentes versiones del relato que sigue, pero su núcleo es coincidente. Cierta día de 1762 John Montagu, cuarto conde de Sandwich, mientras se hallaba en una partida de cartas, y para no interrumpir su actividad y levantarse, abrió al medio los panes que le acercaron para su cena e introdujo unos trozos de carne en su interior...y así nació el conocido "sandwich".

Seguramente el conde no tomó conciencia de que tal impulso práctico fuera el comienzo de una preparación tan relevante para la vida cotidiana en la actualidad; hasta podría considerarlo como el creador de la "comida rápida". Y aun más, podría decirse que su invento surgió por el afán de conservar una actitud sedentaria.

A la luz de la situación epidemiológica de nuestra población en términos de la creciente prevalencia de sobrepeso y obesidad, las elevadas tasas de sedentarismo y las inadecuaciones en los hábitos alimentarios, ésta no sería una historia digna de destacar, pero sería injusto negar de la vida de John Montagu, uno de los aspectos positivos y relevantes. Alternó diferentes cargos ejecutivos en el gobierno británico; además su papel fue relevante en el fomento de la música: favoreció la puesta en escena en su corte de diversas obras de Hendel, y fomentó el primer concierto público de obras antiguas.

Esta breve reseña no intenta ensalzar al administrador o al mecenas, ni mostrar al "inventor" del sandwich, sino simplemente brindar un ejemplo sobre la diversidad y complejidad de ciertas situaciones.

Las características de la alimentación de los grupos humanos responden a diversos factores culturales, económicos,

educativos, productivos, estacionales, etc. A ello se suman: antecedentes perinatales, genéticos, procesos mórbidos, gasto energético, etc. que junto a los patrones alimentarios contribuyen a favorecer y explicar diferencias en el estado nutricional de los individuos y poblaciones.

La Lic. Torresani y colaboradores muestran en el trabajo publicado en el presente número, las "Preferencias de consumo en cadenas de comidas rápidas y kioscos en escolares y adolescentes de 9 colegios privados de Capital Federal y Gran Buenos Aires". El estudio no alcanza representatividad poblacional, pero las

observaciones realizadas por los autores son consistentes con estudios similares y constituyen aspectos para los cuales tanto a nivel nacional como internacional se orientan acciones de educación alimentaria, de reformulación de kioscos o cantinas escolares, tendientes a favorecer cambios tanto

en la demanda como en la oferta de este tipo de alimentos o patrones de consumo, particularmente por su densidad energética, debido a su contenido graso o en azúcares, o bien por su contenido en sodio, aun cuando la frecuencia comunicada por los autores es inferior a lo observado en otras poblaciones.¹

La relación entre patrones alimentarios y el proceso de transición epidemiológica es clara y extensiva progresivamente a poblaciones menos desarrolladas. Aun cuando algunos de los patrones se presentan con ciertas diferencias entre poblaciones, se observa que el proceso de inadecuación alimentaria, junto al incremento en el sedentarismo y el consecuente aumento en las tasas de sobrepeso y obesidad, se presentan en forma creciente tanto en las poblaciones

Ver artículo
relacionado
en la
página 109

* Hospital General de Niños "Dr. Pedro de Elizalde".

de mayores ingresos, como en aquellas de ingresos medios y aun bajos.²

Se han analizado diversas intervenciones, pero los resultados no son en general alentadores. La prevalencia de sobrepeso y obesidad, y las inadecuaciones en los patrones alimentarios, particularmente en niños en edad escolar y adolescentes son importantes y conllevan riesgos elevados para sobrepeso y obesidad en edades mayores, así como para el desarrollo de enfermedades crónicas relacionadas.

Ciertamente que un mayor conocimiento de la realidad puede ser alcanzado al particularizar las miradas. Conocer los hábitos, preferencias y tipos de alimentos consumidos por niños y adolescentes, así como por la población en general es necesario para comprender los factores que conducen al incremento en las tasas de sobrepeso y obesidad. Pero al mismo tiempo es igualmente relevante conocer los patrones de consumo fuera de la escuela o de los ambientes y actividades sociales de los niños, los aspectos de mercado y costo de los alimentos, la publicidad de ciertos productos, etc., así como el componente que se encuentra del otro lado de la balanza: el gasto energético y los patrones de actividad física.

Como metáfora, analizar la figura de John Montagu por la introducción del sándwich, sin tomar en cuenta su desempeño en otras funciones, implicaría en un sentido, parcializar el análisis.

Como fuera ampliamente remarcado, estos aspectos están muy vinculados con los estilos de vida urbanos, que no sólo han llevado a modificar hábitos de vida, sino también el lenguaje cotidiano, con la inapropiada introducción de palabras como "fast food", "delivery" o "snack".

Ahora bien, el "fraccionamiento" necesario de los problemas para un adecuado abordaje analítico y mejor comprensión de la realidad exige que en el momento de planificar e implementar intervenciones se realice una nueva síntesis para que éstas sean realmente efectivas.

Los logros en la reducción de la prevalencia de sobrepeso y obesidad y en el mejoramiento de los hábitos alimentarios serán más significativos en la medida que se establezca un abordaje integral, desde una mirada del "ciclo de vida", (des-

de la gestación a la edad adulta), y al mismo tiempo, integradora.

Por tanto, en virtud de la información disponible a nivel nacional,³ es tiempo de encarar acciones integrales que promuevan una adecuada alimentación y nutrición durante la gestación, el sostenimiento de la lactancia materna, la adecuada y oportuna incorporación de la alimentación complementaria, y la implementación de acciones educativas que favorezcan la adopción de hábitos saludables, cuyos beneficios se verifican a lo largo de toda la vida. Junto a ello es necesario establecer un debate acerca de los factores ambientales y la oferta de publicidad o alimentos, que favorecen conductas y patrones alimentarios inadecuados.

Es necesario, por tanto, un debate profundo sobre el tema, que conduzca a la implementación de estrategias a largo plazo. La compleja situación epidemiológica, caracterizada por una "doble carga de enfermedad", requiere de estrategias en tal sentido. El desafío hoy implica no solo continuar el proceso de reducción de la mortalidad infantil, particularmente secundario a enfermedades prevenibles. Tal desafío implica al mismo tiempo abordar en forma temprana la prevención de condiciones que afectarán las condiciones de salud y calidad de vida a mediano y largo plazo, y que se vinculan particularmente con las conductas individuales y sociales.

La modificación de conductas y hábitos, exige innovación y trabajo sostenido para lograr resultados significativos.⁴

Volviendo a la metáfora inicial, si John Montague se hubiera dedicado más a la promoción de la música y otras actividades, tal vez el emparedado hoy no se llamaría "sandwich".

REFERENCIAS

1. Bowman SA, Gortmaker SL, Ebbeling CB, Pereira MA, Ludwig DS. Effects of Fast-Food Consumption on Energy Intake and Diet Quality Among Children in a National Household Survey. *Pediatrics* 2004; 113:112-118.
2. Popkin BM. Global nutrition dynamics: the world is shifting rapidly toward a diet linked with noncommunicable diseases. *Am J Clin Nutr* 2006; 84:289-298.
3. <http://www.msal.gov.ar/hm/Site/ennys/site/documento-de-presentacion.asp>. Acceso 23/02/07
4. Caballero B. Obesity prevention in children: opportunities and challenges. *Int J Obes Relat Metab Disord* 2004; 28(Suppl 3):S90-5.