

Alimentación, nutrición y ética: evidencia para reorientar la salud pública contemporánea

La alimentación y la nutrición son componentes esenciales del bienestar y la salud a lo largo del curso de vida. Su influencia comienza antes del nacimiento, continúa con la lactancia materna y la alimentación complementaria, se expresa en el crecimiento y desarrollo infantil, y se proyecta hacia la vida adulta y el envejecimiento. En cada etapa, condicionan el desarrollo físico y cognitivo, la capacidad funcional, el riesgo de enfermedades y la calidad de vida.

Ambas dimensiones van más allá del consumo y aprovechamiento de nutrientes: acompañan la trayectoria vital de las personas y reflejan las condiciones sociales, oportunidades, desigualdades y riesgos acumulados. Reconocer esta complejidad permite interpretar mejor los problemas de salud y orientar respuestas públicas pertinentes, equitativas y sostenibles.

Por ello, la alimentación y la nutrición deben ser reconocidas como uno de los ejes estratégicos de una salud pública renovada, capaz de responder a los desafíos centrales de nuestro tiempo: la doble carga de la malnutrición, las enfermedades crónicas no transmisibles, los entornos alimentarios adversos, los conflictos de interés, la sostenibilidad y la protección de los derechos humanos.

Desde una perspectiva programática, existe un conjunto de intervenciones respaldadas por evidencia científica que permite actuar desde las primeras etapas de la vida. Entre ellas, la promoción, protección y apoyo de la lactancia materna ocupa un lugar prioritario por su impacto en la salud del recién nacido, del lactante y de la persona a lo largo de su vida. Sin embargo, su práctica no depende únicamente de decisiones individuales. Está condicionada por factores institucionales, familiares, laborales, culturales y sanitarios, así como por la disponibilidad de personal de salud capacitado, servicios respetuosos e información adecuada y ausencia de conflictos de interés. Incorporar esta dimensión en la formación universitaria, es fundamental para preparar profesionales capaces de acompañar a las madres, proteger el derecho de los niños y niñas a una alimentación óptima y comprender la lactancia como parte de una política de salud.

El crecimiento infantil ofrece una lectura particularmente sensible de las condiciones de vida. La talla baja, la emaciación, el bajo peso, el sobrepeso y la obesidad no son solo diagnósticos antropométricos; son expresiones de trayectorias biológicas y sociales. En ellos se reflejan la alimentación temprana, las infecciones, el acceso a servicios, la seguridad alimentaria, la educación materna, las condiciones ambientales y la protección social. Observar el crecimiento de los niños y niñas es, en realidad, observar la forma en que una sociedad cuida —o no cuida— su futuro.

El escenario actual exige, además, integrar los problemas clásicos de la malnutrición con el incremento de las enfermedades crónicas no transmisibles. La persistencia de la desnutrición, la anemia y otras deficiencias nutricionales convive con el aumento del sobrepeso, la obesidad, la diabetes, la hipertensión arterial y las enfermedades cardiovasculares. Esta doble carga de la malnutrición obliga a revisar las prioridades de la salud pública y a fortalecer intervenciones que actúen desde las primeras etapas de la vida y se mantengan durante las distintas etapas del ciclo vital.

En la práctica profesional, la orientación alimentaria nutricional debe considerar que las elecciones individuales se producen en contextos concretos. En muchos casos, las personas viven en entornos saturados de alimentos ultraprocesados, expuestas a publicidad intensa, al bajo costo relativo de productos de pobre calidad nutricional y a una disponibilidad limitada de opciones saludables. Las decisiones alimentarias están condicionadas por factores económicos, comerciales, culturales y territoriales. Por ello, la promoción de estilos de vida saludables debe acompañarse de políticas públicas que favorezcan entornos alimentarios más saludables.

La toma de decisiones en salud pública debe sustentarse en evidencia científica local, las recomendaciones internacionales son fundamentales, pero deben dialogar con las realidades nacionales, regionales y territoriales. La diversidad geográfica, cultural, económica y alimentaria del país exige investigaciones capaces de comprender los contextos concretos donde viven, se alimentan, crecen, enferman y se cuidan las personas. Como universidad pública, tenemos la misión de generar ese conocimiento, formar estudiantes con pensamiento crítico y contribuir a que la información científica se transforme en decisiones institucionales y políticas sanitarias.

Además de ello, debemos considerar la dimensión ética. En alimentación y nutrición, la ética se expresa en la defensa del derecho a una alimentación adecuada, en la protección de la niñez frente a intereses comerciales, en la transparencia de las relaciones con la industria, en la equidad del cuidado nutricional, en la responsabilidad frente a los entornos alimentarios y en la necesidad de no dejar atrás a los grupos más vulnerables.

Esta integración no debe limitarse a contenidos aislados, sino expresarse en investigación, docencia, interacción social y compromiso institucional.

La revista Salud Pública en Acción puede contribuir a esta tarea promoviendo la publicación de investigaciones, revisiones, experiencias y reflexiones que vinculen alimentación, nutrición y salud pública. Publicar evidencia local, analizar críticamente los problemas nutricionales y proponer respuestas pertinentes es también una forma de acción. En este sentido, reorientar la salud pública desde la alimentación, la nutrición y la ética es afirmar que el conocimiento académico adquiere mayor valor cuando contribuye a mejorar la vida de las personas y las comunidades.

Ana María Aguilar Liendo

Especialista en Pediatría

Máster Internacional en Nutrición y Dietética Aplicada, Universidad de León – España

Master of Science in Human Nutrition, Queen Elizabeth College, Universidad de Londres – Gran

Bretaña

Docente Investigadora titular del Instituto de Investigación en Salud y Desarrollo IINSAD

Prestación de servicios en la Cátedra de Pediatría del Departamento Facultativo de Salud Materno

Infantil, Facultad de Medicina, Enfermería, Nutrición y Tecnología Médica,

Universidad Mayor de San Andrés

<https://orcid.org/0000-0002-5550-7867>