



**Nombre de alumno (a): Mónica Suset
Albores Cruz.**

**Nombre del profesor: Alfredo Agustín
Vázquez Pérez.**

**Nombre del trabajo: reporte de video
de pobreza, hambruna y marginación.**

Materia: nutrición

Grado: 3°

Grupo: A

Introducción

Presento dicho reporte de video de pobreza, hambruna y marginación en Chanal, Chiapas. Es un pueblo que vive en carencia, que se encuentra en un terreno accidentado, donde las casas que son de ladrillo son contadas y las otras son de adobe o madera. La hambruna que se vive es del 86% de toda la población de Chanal, algunos de los habitantes se van de ahí, para trabajar y buscar una mejor vida en Estados Unidos, estas personas son las que con el trabajo y esfuerzo hacen su casa de ladrillo o algún material mejor que la madera o abobe a comparación de los demás que se quedan y no se van de ahí, viven en la pobreza, con hambre y viviendo del día a día, trabajando en el campo, las mujeres son víctimas de la violencia intrafamiliar, ya que los hombres que habitan en Chanal toman, quizá para olvidar la situación de pobreza pero claro, eso no es un pretexto para que ellos tomen y abucen de las mujeres. No todas las calles están pavimentadas, existen pozos de agua en los cuales el agua no es limpia y es escasa, niños sin ir a la escuela, sin educación, lavando ropa o yendo por agua al pozo, corriendo el peligro de caerse, el agua solo es un aperitivo para ellos ya que con ella engañan al hambre que tanto tienen, su índice de desarrollo humano es de 0.446 evaluado así por la ONU y CONAPO, están marginados, es un pueblo que no tiene recursos para lo mas indispensable, el agua potable se descompuso en lugares lejanos y en los pozos, esos lugares son un nido de enfermedades. Que impacto tiene la nutrición acá, bueno, es lo contrario a estar nutrido, hay estadísticas altas de la gente desnutrida, el simple hecho de llevar un adieta de agua o café y unas cuantas galletas en el estómago de los niños, café y pan es un desayuno, pueden contraer cualquier enfermedad mucho más rápido porque su sistema inmunológico es muy bajo, no tienen el peso adecuado, gastan más energía de la que ellos consumen, la gente que cosecha su comida dice que no obtienen nada y es que eso es demasiado triste porque esperan a la lluvia por la falta de agua y recursos en Chanal, y se desgastan trabajando, pero ese trabajo es desgastante y todo para no recibir nada, no comen carne, no consumen eso que es proteína, no tienen una dieta adecuada por el precio que tienen esos alimentos y de lo único que se alimentan es de frijol y verdura, eso no quiere decir que este mal pues los mantiene vivos pero todos los días lo mismo debe de ser además de aburrido, no consumen los nutrientes que su cuerpo necesita para que puedan decir que están bien de salud, eso es en los mayores pero en los más pequeños, en niños que necesitan de leche para crecer, o vitaminas, y lo único que consumen al nacer es del pecho de su madre pero hay que pensar lo que pasa cuando la madre no puede dar leche, que le darán a ese niño o que pasa si esa madre no come adecuadamente y lo de da los nutrientes a través de darle de mamar. La pobreza es una cosa muy fea, es horrible, es una situación desesperante por ir a buscar trabajo y regresar sin un peso para comprar algo de comer y los encargados de su familia no tienen de otra más que aguantar el hambre.

La desnutrición

En un concepto básico la desnutrición es la pérdida de reservas o debilidad de un organismo por recibir poca o mala alimentación, esta definición encaja muy bien en Chanal, debido a que la situación que pasan ahí es de desnutrición, pobreza pero todo termina en la mala alimentación, todo está englobado ahí, no pueden decir que gozan de una completa salud, la salud es el completo bienestar físico, psicológico, social; esto no va con Chanal. Generalmente se cree que la desnutrición es una carencia primaria de calorías, es decir, carencia general de alimentos o proteínas. Las carencias de vitaminas y las carencias de minerales suelen considerarse trastornos diferentes. Sin embargo, cuando las calorías son insuficientes, es muy probable que las vitaminas y los minerales también lo sean, la desnutrición, que a menudo se emplea indistintamente como sinónimo de malnutrición, es en realidad un tipo de malnutrición. La malnutrición es un desequilibrio entre los nutrientes que el organismo necesita y aquellos de que dispone. Por lo tanto incluye tanto la sobrealimentación, el consumo de una cantidad excesiva de calorías o de un nutriente específico, ya sea grasas, vitaminas, minerales o un suplemento dietético como la desnutrición. En los países desarrollados, la desnutrición es menos frecuente que la sobrealimentación, sin embargo, determinadas circunstancias aumentan el riesgo de desnutrición. Entre estas situaciones o trastornos se incluye, ser muy pobre como la gente que habita en Chanal, no tener hogar y en ese pueblo hay gente que se encuentra viviendo en la calle y están más pobres que los que tienen una casa de adobe o madera, puede que sufran trastornos psiquiátricos ya que el estar bebiendo o en la pobreza y no alimentarse bien hace que las funciones vitales del cerebro empiecen a fallar y les suceda algo peor al desesperarse por encontrarse en la vil pobreza, otra cosa que puede llevar a un grado de desnutrición es un enfermedad ya que si una persona está enferma puede ser incapaz de comer lo necesario por inapetencia o porque su organismo presenta mayor requerimiento nutritivo. Alrededor de 1 de cada 7 ancianos que viven en sus hogares consumen menos de 1000 calorías al día, las cuales no son suficientes para tener una nutrición adecuada. Hasta la mitad de las hospitalizadas o que viven en residencia de atención a lo largo plazo no consumen las calorías necesarias cuando no se consume suficientes calorías, el cuerpo utiliza su propia grasa para producir energía, como si se quemaran los muebles de una casa para mantenerla caliente. Después de agotar los depósitos de grasa, el organismo puede degradar otros tejidos, como los músculos y los tejidos de los órganos internos, dando lugar con ello a graves problemas. Hay muchas otras más causas para la desnutrición como no tener acceso a alimentos, trastornos o fármacos que interfieren en el consumo, el procesamiento (metabolismo) o la absorción de los nutrientes, un aumento importante de la demanda de calorías, el uso de ciertos fármacos puede contribuir a la desnutrición estos pueden causar disminución de apetito, por ejemplo los que usan para tratar la hipertensión, o insuficiencia cardíaca, también los fármacos producen náuseas, lo que disminuye el apetito, aumenta el metabolismo y aumenta la necesidad de calorías y nutrientes, afectan a la absorción de los nutrientes en el intestino, todas estas causas y consecuencias de la desnutrición afecta a la población de Chanal, pensar que esto es grave porque pueden haber personas enfermas de hipertensión sufran todo esto conlleva y sin tener dinero para las medicinas, y sufrir las muertes de las personas dentro de un círculo familiar.

Conclusión.

Doy por terminado el resumen concluyendo que la desnutrición es algo difícil de llevar, entendí que hay más cosas que la causan, hasta los medicamentos que se consumen y como es que eso poco a poco acaba con la vida de las personas. Regresando a la situación del video, me parece algo alarmante fue grabado o tomado, recuperada la información en el año 2013 y estamos a 7 años desde esa entrevista o investigación y no imagino las muertes, la cantidad de ellas que durante este tiempo aumentaron, la pobreza es una plaga, acaba con las ilusiones de las personas al no encontrar trabajo, el único refugio que ellos encuentran es el alcohol y es así como poco a poco acaban con la poca salud que tienen, lo que comen son sus propios y meramente escasos cultivos, consumen agua de pozos y lluvia para hidratarse pero la hidratación no lo es todo y con el agua es que ellos sacian sus ganas de comer, comer lo poco que tienen, hay niños que tienen el privilegio de ir a la escuela y otros no y hay muchas más situaciones, como los niños que van a la escuela pero pocos van con el estómago con algún alimento que les proporcione las energías que necesitan, hubo una niña que me conmovió y dijo en la entrevista que ella no había probado un pastel de chocolate y le gustaría comerlo, y su padre hablaba del escaso trabajo y de que les da una dieta de frijoles y verduras o café y pan sus hijas, creo que lo que consumen a la vez lo contraen del gobierno con los apoyos de despensa o dinero pero eso no es suficiente para esa gente, además las viviendas de ahí no son las adecuadas y es más probable que contraigan enfermedades. Así también la desnutrición es otro problema muy distinto pero no deja de ser un problema y uno feo porque afecta gravemente a las personas.