

**Nombre de alumno: Keila Elizabeth  
Velasco Briceño**

**Nombre del profesor: Alfredo Agustín  
Morales**

**Nombre del trabajo: Reporte del video  
“Desnutrición en Chanal”**

**Materia: Nutrición clínica**

**Grado: 3 cuatrimestre**

**Grupo: B**

## **“DESNUTRICION EN CHANAL CHIAPAS”**

La desnutrición o malnutrición es el resultado fisiopatológico de una ingesta insuficiente de alimentos para cubrir los requerimientos de energía y nutrientes, también puede responder a procesos en los que la capacidad de absorción está disminuida o a defectos metabólicos en los que existe una inadecuada utilización biológica de los nutrientes consumidos.

La falta de nutrientes en nuestro cuerpo puede afectar directa o indirectamente al desarrollo y función del cerebro en el caso de los niños, el funcionamiento celular, pérdida de masa muscular, descensos de energía, fragilidad ósea, amenorrea, debilidad del sistema inmune, edemas, alteraciones cardiovasculares, disminución del funcionamiento gastrointestinal, problemas mentales, capacidad respiratoria, disfunciones pancreáticas, hepáticas y renales, anemia, entre otras.

En cuanto a la clasificación de la desnutrición esta se divide en desnutrición leve o de primer grado, consta de absorber las reservas energéticas del organismo y el funcionamiento celular se mantiene en un buen estado.

La moderada o de segundo grado es cuando los niños ya no tienen reservas de nutrientes en el organismo, si hay in intento de obtener nutrientes y energía que se necesita puede producir un daño orgánico.

La desnutrición severa es cuando ya están extremadamente deterioradas las funciones celulares y orgánicas de los niños.

También se puede clasificar de acuerdo a el tiempo en el que la desnutrición aparece esta se categoriza por crónica que es la que está desde hace más de tres meses y la aguda es la que lleva menos de tres meses

La desnutrición se puede provocar o adquirir por la falta de comida ya que en nuestro país existe una falta de empleos, dinero o no tienen hogar, cuando tienen los dientes muy sensibles o dolorosos, que les duele al comer o hay algunas lesiones bucales, dificultad para tragar, falta o baja de apetito puede ser por otros factores como canceres, tumores, enfermedades depresivas, enfermedades del hígado o riñón, infecciones crónicas, los ancianos , jóvenes, estudiantes que viven solo se les dificulta poder comer bien o no les da tiempo de prepararlo u hacerlo.

Según Daniel Villa fuente Solís en su artículo “Crisis rural, pobreza y hambre en Chiapas” publicada en el 2015, Chiapas vive una prolongada y profunda crisis expresada en la magnitud de la pobreza, que adquiere mayores dimensiones en el medio rural y entre la población indígena.

A la pobreza secular se ha sumado en las últimas dos décadas la nueva pobreza generada por las políticas de carácter neoliberal.

La destrucción y el deterioro de los medios de vida, fundamentalmente de la tierra, los bosques y el agua, han contribuido a la situación de pobreza de miles de familias campesinas e indígenas, que hoy sobreviven principalmente de los programas asistencialistas que otorgan los gobiernos federal y estatal.

En este reporte conoceremos un poco acerca de la desnutrición en Chanal, ubicado en los altos de Chiapas, donde las versiones de cada persona hacen ver la pobreza y desnutrición que en estos lugares existen sin contar con la mala calidad de vida que ellos llevan a causa de la falta de empleo y dinero.

La pobreza que existe ha llevado a que las familias no puedan llevar una buena alimentación o bien comer tan siquiera tres veces al día como normalmente muchos de nosotros lo hacemos.

Lamentablemente a causa de la desnutrición muchos no desarrollan como debería de ser tanto su capacidad intelectual como su masa corporal y eso nos conlleva a muchas más enfermedades que a largo o mediano plazo pueden afectarnos en un corto o largo tiempo.

A continuación les explicare más sobre los testimonios de los habitantes de Chanal

Chanal Chiapas fue fundada en 1852, es el municipio ubicado en el lugar 161 de 187 naciones, tiene 8 kilómetros de carreteras pavimentadas de los 285 kilómetros que existen, según la ONU y CONAPO el 0.446 del desarrollo humano en ese lugar no ha avanzado ni desarrollado durante todo ese tiempo.

El análisis que hicieron encontraron 1847 personas analfabetas por más de 15 años, 191 jóvenes no van a la escuela y muy pocos terminan la preparatoria.

Es un lugar de indígenas tzeltales y considerado igual que el territorio de algunos países en África ya que sus indicadores de marginación son peores que los de Mauritania, Nigeria, Ciénga, Lesoto, Madagascar y Tarsana.

El 6 de Julio de 1981 a las 5 de la mañana el profesor Filiberto López Pérez presidente municipal impuso ley seca y a causa de eso los habitantes lo golpearon, machetearos hasta matarlo y no les basto con eso si no que por varios días lo exigieron en el pueblo, solo por proclamar ley seca y en ese tiempo ellos y la falta de cultura, entendimiento por desgracia lo mataron.

Durante el recorrido que hicieron los reportaron en el 2013 encontraron a una pequeña niña de 10 años llamada Yuri pero a causa de la mala alimentación parecidas a una de 7 años ya que su compleción no era tan buena , se veía muy delgada.

Al entrevistar al padre de la menor refiere no tener dinero ni para lo indispensable, ya que trabajan en cosechas pero tarda o no da la siembra, el kilo de carne está a \$95 y no les alcanzo por eso solo comen frijoles o como haya se conoce el botil, huevos, pan y verduras, no toman leche ni agua potable si no agua de lluvia ya que no llega el agua potable.

Al entrevistar a la maestra de los niños dijo que a los niños si les afecta el no alimentarse bien, su nivel y rendimiento académico.

Algunas personas se van a la cama sin cenar o al despertarse e ir a la escuela u trabajo solo toman café.

Eh tenido la oportunidad de estar, visitar y conocer personas de Chanal Chiapas y con base a lo que yo eh vivido y experimentando en ese lugar puedo decir que en verdad es muy preocupante ver la desnutrición, falta de recursos.

También las familias tienen muchos hijos y violencia familiar, por falta de educación, pláticas o promoción a la salud del tema de la sexualidad, entre otros.

La causa de eso a una edad temprana comienzan a trabajar o los jóvenes dejan de estudiar y se van a trabajar a diferentes partes para poder ayudar con el sustento de sus hogares, por esas razones la falta de educación impide que el municipio crezca en su desarrollo humano.

La comida efectivamente no tiene una buena alimentación, comen el frijol o botil, arroz, caldos de pollo de vez en cuando, en las mañanas solo toman café y todos desde el más chico hasta el más grande ya trabajan.

La verdad es difícil poder comunicarse con ellos ya que su idioma es tzeltal y muy pocos hablan español por eso cuando nosotros vamos alguien más nos traduce para entendernos mejor, recuerdo que una vez estuvimos presentes en una discusión familiar y gracias a las personas que nos iban traduciendo ese problema se pudo solucionar .

Muchos no tienen baño y muchos se van al monte o usan letrinas en las cuales la verdad es muy fea ya que es antihigiénico y puede causar enfermedades, al igual no tienen una buena higiene personal.

Los animales más encontrados y que están sueltos por todo el municipio son los puercos, incluso hay más que los perros.

son experiencia que me han gustado vivir ya que así conozco más distintas culturas de nuestro México.

En conclusión Chanal es un lugar en el cual se necesita mucha ayuda en cuestiones de trabajo para que puedan tener sustento en su hogar, educación sanitaria para que tengan una buena higiene y así existan menos problemas de salud tanto como infecciones, enfermedades crónicas, de transmisión sexual, entre otras, educación básica para que así el municipio pueda desarrollarse socialmente, así como también con ayuda psicológica en cuestión de las personas o familias que sufran de maltrato familiar.

Es muy importante tener una buena alimentación ya que nuestro cuerpo necesita nutrientes para poder mantenernos y cubrir las necesidades fisiológicas para tener un buen estado de salud y físico, así no tener problemas crónicos como anteriormente mencionaba como anemia, problemas gastrointestinales, etc.

Una buena alimentación tiene que ser completa ósea que debe aportar todos los nutrientes a nuestro organismo como hidratos de carbono, grasas, proteínas, vitaminas, minerales y por supuesto agua.

Tiene que ser equilibrada por ejemplo los nutrientes debe ser repartido, se debe consumir de 1.5 a 2 litros de agua al día para evitar estreñimientos y el cuerpo se mantenga hidratado y no produzca una deshidratación severa u otras complicaciones.

Debe de ser suficiente así que debe de tener la cantidad adecuada para mantenernos dentro de nuestro peso normal y no tener sobrepeso y nos produzca enfermedades cardiovasculares, enfermedades respiratorias, etc.

Tiene que ser apta a nuestra edad, sexo, talla, si realizamos actividades físicas y de qué tipo, el tipo de trabajo que cada persona realiza y si tiene un buen estado su salud.

Para no aburrirnos esta debe de ser variada pero tiene que contener los distintos alimentos de cada uno de los grupos y que aporten los nutrientes necesarios.

Con base a tener una buena alimentación podemos mantenernos con bien por qué aportan energía, vitalidad, estimula a nuestro sistema inmunológico, mantener un adecuado peso corporal, retrasa el proceso de envejecimiento, estamos más activos y combatimos el cansancio y fatiga, protege los dientes, encimas, mejora la concentración y reduce el riesgo de enfermedades.

En ese sentido es importantísimo tener una sana alimentación y hacer ejercicio pero por falta de recursos y de conocimiento no se realiza y en el país tenemos muchos problemas de salud como la diabetes mellitus, obesidad, entre otros.

En el caso de Chanal desgraciadamente por falta de recursos no se puede tener una buena y sana alimentación, como dije anterior mente eh tenido la oportunidad de ir a esos lugares y me eh dado cuenta que la alimentación ni siquiera es la adecuada para mantenerse en buen estado ya que no comen lo suficiente, ni a sus horas y hay veces que se van a dormir sin cenar o probar alimento desde las 2 o 12pm que desayunan o comen y así se van a trabajar en sus cosechas.

De acuerdo con mi experiencia puedo decir que es muy necesario poder darles platicas de higiene personal ya que realmente muchos niños , jóvenes incluso adultos mayores no saben cómo lavarse las manos o cepillarse y cuando nos veían se asombraban e incluso se reían de lo que hacíamos.

También las pláticas de planificación familiar, de enfermedades de transmisión sexual o de la importancia de realizarse estudios o Papanicolaou porque no tienen conocimientos y a causa de eso tienen muchos hijos y no los pueden mantener a todos.

Por último es necesario hacer conciencia que en nuestro país necesita ayuda económica para poder ser un conducto donde los municipios como Chanal se puedan superar tanto económica como intelectualmente y poder explicarles y ayudarlos a desarrollarse humanamente.

## Fuente de información

- ✚ Dr. Ananya Mandal. News Medical Life Sciences. "causas de la desnutrición". Recuperado el 22 de mayo del 2020
- ✚ Fundación Iberto Meneses, A.C. recuperado el 22 de mayo del 2020. URL: fundacioninero.org
- ✚ Psicología y mente. "Efectos de la desnutrición". Recuperado el 22 de mayo del 2020
- ✚ <https://www.youtube.com/watch?v=if5Qhq24duE>