

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

PROFESOR: ALFREDO AGUSTIN  
VAZQUEZ PEREZ

MATERIA: NUTRICION CLINICA

NOMBRE DEL TRABAJO: REPORTE DE  
LECTURA

ALUMNO: CRISTHIAN NAJERA JIMENEZ

GRADO: 3ER CUATRIMESTRE

GRUPO: "A"

COMITAN DE DOMINGUEZ 16 DE MAYO  
DEL 2020.

## INTRODUCCION.

En el siguiente escrito abordare un tema muy delicado en muchas partes del mundo, desgraciadamente lo podemos ver a diario o con mucha frecuencia escuchamos de él, la pobreza extrema que se presenta día con día en muchos hogares y lugares, en este caso enfocados en nuestro estado de Chiapas donde pude apreciar la mala calidad de vida en los chiapanecos, sobre todo en los pueblos indígenas y rurales que son lo que por una u otra razón son mucho más olvidados por los gobiernos del país.

Se dice que una persona se encuentra en pobreza extrema cuando carece de satisfacer sus necesidades básicas, como alimentarse de buena manera, recibir un buen servicio de salud, Contar con agua potable en sus hogares así como purificada evitando enfermedades de infección o parásitos entre otras, en pocas palabras no tener lo necesario para poder vivir plenamente.

En México ocupamos uno de los primeros lugares en el mundo en obesidad y muchos hablan de esto, de una mala alimentación de no hacer ejercicio o llevar una vida sedentaria, pero por otro lado está la otra cara de la moneda, que es la desnutrición, esta es ocasionada por muchos factores pero sobresale uno, que es la mala alimentación, pero no por sobrepasarse de alimento o tener una vida sedentaria no, al contrario se da porque las personas en especial niños carecen de recursos es decir, no tienen una buena alimentación, carecen de frutas y verduras, carnes, leches, los alimentos del buen comer casi no los pueden consumir porque no está a sus alcance de sus manos, ya que ni ellos ni sus padres cuentan con el recurso para poder adquirirlos, esta es la principal razón.

En cuanto a la desnutrición su factor más relacionado pues es la pobreza, aunque también podría influenciar un poco o mucho la ignorancia que esta obviamente es adquirida por la falta de conocimiento es decir personas que no tuvieron esa oportunidad de asistir a la escuela y por lo tanto desconocen de estos problemas o lo ven como algo normal al presenciarlo en un estado físico o porque todas sus vida o las personas que lo rodean lo han visto y tratado como algo normal, aquí la importancia y el importante papel que juegan los gobiernos al buscar ideas y planes para contrarrestar esto en la vida de las personas de sus pueblo.

Retomando lo malo y el lado más cruel de la pobreza es imaginarte vivir esas condiciones de vida, que las personas que se encuentran ahí están luchando día con día para poder comer, ese es su principal objetivo, comer y poder llevar la comida a la casa para sus familias, la pobreza extrema sin duda seria de las peores torturas que podrían haber en la vida de una persona y en este escrito vamos a ver porque.

En el video que pude observar de la comunidad de Chanal Chiapas me pude dar cuenta y reflexionar de otra manera que en el mundo, en muchos lugares en especial por las estadísticas dadas, en Chiapas hay muchas personas que no se alimentan bien por la falta de alimentos de oportunidades y de muchos más factores, en esta comunidad es una zona rural, los habitantes la describían decían que los apoyos y proyectos casi no llegaban porque la comunidad está muy alejada a comparación de una ciudad donde el apoyo es un poco mejor y las oportunidades de vida y trabajo son mayores, el estado de pobreza de esta comunidad es tan grande que hasta tienen que beber el agua de lluvia porque ni si quiera el agua potable la tienen seguida.

Ver a las niñas y niños en ese estado te hace pensar muchas cosas así como cuando la niña Yuri dijo que siempre habría querido comerse un pastel de chocolate lo que nosotros vemos como algo tan común vemos como las personas y esa niña lo ven como casi un sueño imposible, esta parte en lo personal me hizo pensar mucho y creo que los sueños de esas personas se caen a pedazos la ilusión que tienen de ser y convertirse en lo que sueñan lo tienen pero en el fondo saben que es muy difícil y eso me pude dar cuenta con el papá de las niñas Silvia y Yuri que decía que su único negocio o su forma de obtener era cada año cosechando la milpa y aun así no les alcanzaba.

Me imagino que en esta comunidad surge mucho la necesidad de salir de sus pueblos a trabajar y buscar oportunidades como pude ver a una señora que se mudó de su pueblo que está muy feliz porque en el lugar donde ella estaba no tenía ni si quiera para poder y a diferencia del lugar que había llegado le era muy fácil poder obtener su comida y con ello ella era muy feliz, en lo personal esto me enseña a valorar mucho más las cosas que tengo hoy en día.

Por otra lado pude observar a una señora que en el video se decía era de las pocas afortunadas que tenían un refrigerador y ella conto su sueño que para nosotros ya lo cumplimos, lo hemos vivido y lo vemos como algo tan común, ella decía que algún día quisiera tener su refrigerador lleno de frutas y verduras y leche para poder comer, mientras ella contaba esto se le pinto una sonrisa en su rostro donde se le notaba la ilusión y la esperanza de hacer realidad este sueño, al mismo tiempo vimos a los niños que ya están acostumbrados a esto que estaban felices de ver que los estaban grabando y ellos contestaban con una sonrisa las preguntas así como también vimos al papá de las niñas Silvia y Yuri que tan solo podía llevarles un poco de agua a sus hijas a la escuela para que por lo menos tuvieran algo en la panza, por decirlo así.

Me pude dar cuenta que Chanal necesita de mucha ayuda en todas las personas que entrevistaron y salen en los videos ya que todos ellos no anhelan lujos ni cosas

extravagantes, tan solo desean poder comer bien, comer algo más que sus frijolitos, ya por último la situación de la señora ya mucho mayor, doña Entzin que tenía pocos meses de haber enviudado hay nos cuenta como ella pasa el día con 30 pesos que nosotros sabemos eso es muy difícil, no alcanza para mucho que ella cuenta que se dormía con esa sensación de hambre y despertaba igual, que ella comía gracias a unos parientes que le llevaban algo, ella sale quejándose de un dolor de espalda que no ha podido ir con el doctor por falta de dinero y lo único que ella desea es una inyección y sentirse bien.

## Conclusión.

En conclusión este video me deja un mensaje muy claro que sería valorar lo que nosotros tenemos, ponernos en el lugar de ellos y buscar algún modo de ayudarlos o de hacerles llegar una ayuda en este caso, alimentos, medicamentos buscar la manera de hacerlos sonreír de combatir una de las enfermedades más grandes del mundo, que ya vimos que es una tortura vivir en esas condiciones, el video da mucho de que pensar, que en mi punto de vista sería ayudar a los que menos tienen porque nunca sabremos si algún nosotros nos vamos a encontrar en esas circunstancias.

Buscar y fomentar apoyos para las comunidades indígenas sería una muy buena manera de apoyarlos, también llevando platicas y concientización de lo importante que es la alimentación de una persona, aunque esto no serviría si no se cuenta con los recursos necesarios pero de uno u otro modo el gobierno debe de combatir esto y nosotros unirnos a él para poder combatir el hambre y la pobreza extrema.