



¿Por qué es importante examinar con detalle la desnutrición infantil?

En Colombia, así como en otras regiones del mundo, la desnutrición infantil sigue siendo una preocupación significativa y un desafío para los sistemas de salud. Las cifras actuales sugieren que cada día, cuatro niños pueden perder la vida debido a esta condición¹. Este dato subraya la necesidad urgente de abordar este problema con estrategias efectivas y basadas en evidencia.

Durante el año 2023, se observó un aumento del 16% en los casos de desnutrición infantil en comparación con el año anterior, y los casos de desnutrición aguda en menores de cinco años aumentaron en 3,029 incidencias, es decir, un alza del 14.29%. Estas estadísticas evidencian el caso de menores que estuvieron en riesgo y no recibieron la atención médica oportuna para mejorar su desenlace clínico.²

Es imperativo que los profesionales de la salud expliquen claramente a los pacientes y sus cuidadores la importancia de la adherencia a programas de nutrición adecuados para mejorar los resultados en salud. La educación y el compromiso son clave en este proceso, por esto se debe enfatizar cómo una nutrición adecuada durante los primeros años de vida no solo contribuye al desarrollo físico saludable, sino que también es crucial para el desarrollo cognitivo y psicomotor, ya que impacta significativamente la capacidad del niño para aprender y realizar actividades cotidianas.³

Además, es fundamental resaltar que la prevención y el manejo oportuno de la desnutrición pueden mitigar las consecuencias negativas a largo plazo, como la predisposición a enfermedades crónicas en la adultez⁴ y las dificultades económicas derivadas de menores oportunidades laborales⁵⁻⁶. Esto último perpetúa el ciclo de pobreza e impacta no solo al individuo, sino también al desarrollo económico del país.

Al optar por un enfoque proactivo y educativo, y al explicar claramente los beneficios de la nutrición infantil, los profesionales de la salud pueden mejorar significativamente la adherencia a las intervenciones nutricionales. Esto no solo mejorará la salud y el bienestar de los niños a corto plazo, sino que también influirá positivamente en su calidad de vida futura; por lo tanto, cada acción y cada palabra cuenta en la lucha contra la desnutrición infantil.

¹ Instituto Nacional de Salud (INS). Boletín de la semana epidemiología número 16 del 2024.

² Instituto Nacional de Salud (INS). Boletín de la semana epidemiología número 35 del 2023.

³ Bedoya, P. B., & Ávila, A. C. Q. (2014). Efectos de la desnutrición infantil sobre el desarrollo psicomotor. *Revista criterios*, 21(1), 217-236.

⁴ Vargas, M., & Hernández, E. (2020). The social determinants of child malnutrition in Colombia from a family medicine perspective. *Medwave*, 20(2), e7839-e7839.

⁵ *Ibíd.*

⁶ Alcázar, Lorena, Ocampo, Diego, Huamán-Espino, Lucio, & Pablo Aparco, Juan. (2013). Impacto económico de la desnutrición crónica, aguda y global en el Perú. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 30(4), 569-574. Recuperado en 18 de abril de 2024, de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342013000400005&lng=es&tling=es.



Como parte del abordaje integral a esta problemática es relevante mencionar la importancia en torno a los primeros 1, 000 días de vida, los cuales inciden en el desarrollo y la salud a futuro⁷. Durante este tiempo, una nutrición óptima puede ayudar a disminuir el riesgo de desarrollar enfermedades no transmisibles, como la obesidad infantil, que constituye un factor de riesgo para otras patologías, como la hipertensión y la diabetes.⁸

Soluciones y recomendaciones de abordaje

Nutricionistas, médicos y personal médico pueden realizar determinadas acciones para prevenir y disminuir los casos de desnutrición infantil en el país:

1. Implementar y promover programas de educación nutricional que sean accesibles y comprensibles para todos los cuidadores, familiares y niños, independientemente de su nivel educativo.
2. Concientizar sobre la importancia de los controles médicos recurrentes son esenciales para monitorear el crecimiento y desarrollo de los niños y para identificar tempranamente signos de desnutrición o cualquier otra deficiencia nutricional.
3. Fomentar la ejecución de intervenciones nutricionales tempranas, especialmente en comunidades desfavorecidas.
4. Impulsar la ejecución de programas de prevención y promoción desde un eje integral en todas las regiones del país, con el objetivo de evitar el surgimiento de esta condición en los menores.

Por otra parte, es recomendable implementar programas de suplementación nutricional cuando sean necesarios⁹ y considerar la nutrición como un signo vital, dado que la intervención oportuna es clave para prevenir y tratar la desnutrición infantil. Estas medidas se posicionan como algunas alternativas más rentables para mejorar la salud de los pacientes.

Sin lugar a duda, la desnutrición infantil requiere que todos los actores del sistema tomen acción, interviniendo de forma preventiva, es posible reducir los efectos negativos de esta afección en los niños y evitar las formas más graves de desnutrición. Es esencial unir esfuerzos para abordar esta situación, mejorando así la calidad de vida de los pacientes y sembrando las bases para un futuro lleno de oportunidades.

⁷ Zamorano, M. M., Mendoza, S. L., Abad, M. E. M., González, M. J. H., Puerta, E. V., & Hernández, M. J. M. (2020). La importancia de los 1000 primeros días de vida. *canarias pediátrica*, 44(1), 38-43.

⁸ Moreno-Villares, José-Manuel, Collado, María-Carmen, Larqué, Elvira, Leis-Trabazo, María-Rosaura, Sáenz-de-Pipaon, Miguel, & Moreno-Aznar, Luis A. (2019). Los primeros 1000 días: una oportunidad para reducir la carga de las enfermedades no transmisibles. *Nutrición Hospitalaria*, 36(1), 218-232. Epub 26 de abril de 2021. <https://dx.doi.org/10.20960/nh.02453>

⁹ Español, U. C. (2024, 2 abril). 5 formas de acabar con la desnutrición infantil. UNICEF España. <https://www.unicef.es/blog/desnutricion/5-formas-de-acabar-con-la-desnutricion-infantil>

