

La nueva carga del mundo en desarrollo: la obesidad

Es una amarga ironía que conforme los países en desarrollo siguen esforzándose por reducir el hambre, algunos a la vez afrontan el problema contrario: la obesidad. La obesidad acarrea una mayor frecuencia de enfermedades crónicas, como la diabetes, enfermedades del corazón y cáncer. Y si bien algunas personas pobres están sobradas de peso, eso no significa que estén mejor alimentadas. La obesidad a menudo encubre deficiencias del consumo de vitaminas y minerales. "Consideramos la obesidad un problema importante que necesita tratarse, a la vez que el problema de la subalimentación", explica Prakash Shetty, Jefe del Servicio de Planificación, Estimación y Evaluación de la Nutrición, de la FAO.

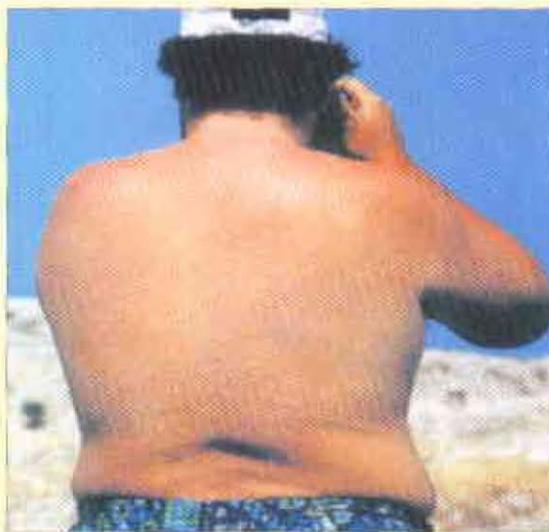
Apenas hace unos años era raro encontrar esta afirmación. Los expertos dudaban de llamar la atención a la obesidad, mientras había tantas vidas debilitadas por el hambre, y de un total de 815 millones de personas que padecen hambre en el mundo, 780 millones están en los países en desarrollo. Pero los alarmantes datos presentados el año pasado por el Worldwatch Institute pusieron en tela de juicio la forma tradicional de pensar: por primera vez, el número de personas sobrealimentadas en el mundo compite con la cifra de las subalimentadas. Y lo triste es que los países en desarrollo se hayan unido a las filas de los países que afrontan el problema de la obesidad.

Un estudio realizado en 1999 por las Naciones Unidas descubrió que el problema de la obesidad está presente en todas las regiones en desarrollo, aumentando aceleradamente, incluso en países donde hay hambre. En China, el número de personas sobrealimentadas pasó de menos del 10% al 15% en apenas tres años. En Brasil y Colombia, la cifra es de alrededor del 40%, nivel comparable con el de diversos países europeos.

Incluso en el África subsahariana, donde vive la mayoría de las personas que sufren hambre, la obesidad está aumentando, sobre todo entre la población urbana femenina. En todas las regiones, la obesidad parece crecer conforme aumentan los ingresos.

Tres problemas, una solución: una buena nutrición

La obesidad en el mundo en desarrollo no es una sorpresa para la FAO: "Ya sabíamos que el mundo producía suficientes alimentos para todos -afirma Barbara Burlingame, Oficial Superior del Grupo de Estimación y Evaluación de las



Repercusiones de la Nutrición, de la FAO-. Desafortunadamente, los alimentos no siempre llegan a quienes más los necesitan". El hambre es una consecuencia, la obesidad, otra. Además, prácticamente todas las personas que padecen hambre y muchos de los que tienen sobrepeso sufren debilidad por otro tipo de malnutrición: la falta de vitaminas y minerales, conocida como deficiencia de micronutrientes. "Solía pensarse que si las personas obtenían suficiente energía de

su alimentación, los micronutrientes vendrían por añadidura -afirma la Dra. Burlingame-. Pero las personas cada vez ingieren más alimentos de mala calidad, que llenan el estómago pero siguen dejando el organismo sin los micronutrientes necesarios".

Si bien la información sobre la obesidad en los países en desarrollo es limitada, los estudios preliminares indican que algunas de las mismas deficiencias de micronutrientes que padecen las personas subalimentadas, las sufren también los sobrealimentados. Dos de las más comunes son la anemia, por falta de hierro, y la deficiencia de vitamina A, causa frecuente de ceguera entre niños menores de cinco años de edad. La FAO

mantiene que un acertado planteamiento de la nutrición debe orientarse a la calidad así como a la cantidad. "Una de nuestras misiones más importantes es promover una alimentación diversificada, que contenga los alimentos tradicionales,

por lo general bien equilibrados y muy nutritivos", explica el Dr. Shetty.

Fuente: <http://www.fao.org/Focus/S/obesity/obes1.htm>

Tocotrienoles inhiben crecimiento de cáncer de seno

En la última década se han obtenido interesantes resultados con fracciones de tocotrienoles en el área de la quimioprevención de cáncer de seno.

Estudios *in vitro* con líneas celulares humanas de cáncer de seno mostraron que los tocotrienoles totales y sus isómeros, especialmente γ y δ , no sólo inhibieron el crecimiento y metástasis de estas células sino que además indujeron apoptosis (muerte celular programada).

Son numerosos los estudios que han revelado que los tocotrienoles obtenidos a partir de aceite de palma pueden inhibir líneas celulares receptoras a estrógenos (hormonas sexuales). En uno de ellos, investigadores del Malaysian Palm Oil Board y de la Universidad de Reading estudiaron el efecto inhibitorio de fracciones ricas en tocotrienoles, de α -tocoferol y de los isómeros α , γ y δ -tocotrienol en el crecimiento de células de cáncer de seno. Los resultados mostraron que a excepción del α -tocoferol, tanto las fracciones como los isómeros de tocotrienoles inhibieron la proliferación y crecimiento de algunas células cancerosas independientemente de la presencia de estrógenos. Adicionalmente, se obtuvieron efectos inhibitorios sinérgicos en el crecimiento de líneas celulares patológicas cuando los tocotrienoles fueron usados en combinación con antagonistas de estrógenos tales como el Tamoxifen, medicamento

frecuentemente usado en casos de cáncer de seno.



Cuál es el mecanismo de acción de los tocotrienoles contra las células cancerosas? Aunque aun no está claro, la respuesta probablemente esté en la insaturación de su cadena lateral isoprenoide. Las propiedades antioxidantes de esta forma de vitamina E podrían explicar sus efectos anticancerígenos.

Tomado de: Malaysian palm Oil Promotion Council, Nutrition Briefs, January 2002,

CENIPALMA

Corporación Centro de Investigación en Palma de Aceite

Director Ejecutivo:

Dr. Pedro León Gómez Cuervo

Coordinadora Programa de Salud y Nutrición Humana:

N.D. Olga Lucia Mora Gil

Envíe sus comentarios acerca de *Non-Salud* a:

Programa de Salud y Nutrición Humana de Cenipalma

Calle 21 No. 42C - 47

Tel. (91) 2089670. Fax. (91) 3681152.

A.A. 252171. BogotáE, D.C. Colombia.

E-mail: cenipalm2@cable.net.co