

EL PROBLEMA DE LA ALIMENTACIÓN EN EL URUGUAY

Por el Dr. JUSTO F. GONZÁLEZ

Profesor de Higiene de la Facultad de Medicina de Montevideo; Miembro del Consejo Directivo de la Oficina Sanitaria Panamericana, y Presidente de la Comisión Nacional de Alimentación Correcta del Uruguay

[Trabajo presentado en la XLVI Reunión Anual de las Autoridades Provinciales y Estadales de Norteamérica]

Actividades culturales y orientaciones.—En el año 1910 asistí en representación de mi país al Congreso de Higiene Alimenticia y de la Alimentación Racional del Hombre, celebrado en Bruselas. En esta reunión internacional, diversos temas relacionados con el problema de la alimentación fueron tratados, pero en realidad estaba distante la época en que nuevos conocimientos y otros progresos científicos orientaran por distinta vía esta clase de actividades.

Desde entonces, este importante problema fué despertando en mí, con las nuevas investigaciones y sus resultados, un gran interés y entusiasmo, hasta presentarse hoy una oportunidad para tratar, dentro de los límites trazados para este trabajo, de índole puramente informativa, una de las cuestiones, a mi juicio, de gran influencia en la salud colectiva.

Hace algún tiempo recibí una invitación de nuestro Director de la Oficina Sanitaria Panamericana, Dr. Hugh S. Cumming, para asistir a esta reunión, donde se encuentran congregados los Directores de Sanidad de todos los Estados de esta progresista República, así como los no menos distinguidos representantes del Canadá, para tratar diversas cuestiones en beneficio de la salud pública. Al mismo tiempo el presidente y secretario de esta reunión anual me encargaban un trabajo técnico que yo he titulado "El Problema de la Alimentación en el Uruguay." Mucho agradezco la gentileza tenida para conmigo por los dirigentes de esta importante reunión, donde podré adquirir otros conocimientos dentro del dominio de la medicina preventiva, que estimo como una excelente cosecha, utilizable en las actividades locales, relacionadas con la salud; haciendo notar, por otra parte, que aprovecharé toda clase de sugerencias, al conocer los beneficiosos resultados obtenidos en los distintos problemas, en la sanidad de los Estados Unidos, verdadera escuela de higiene en el mundo.

En viajes anteriores pude recoger en este gran país algunas orientaciones y finalidades de orden práctico, en relación con el problema de la nutrición normal y de la alimentación correcta y debo expresar que el Consejo Directivo de la Oficina de Washington entre sus resoluciones de 1929, incluyó esta clase de actividades en la forma siguiente:

El Consejo Directivo, reconociendo la importancia de la alimentación apropiada para la nutrición del organismo humano, recomienda que la Oficina Sanitaria Panamericana emprenda las gestiones que juzgue más acertadas, a fin de fomentar el estudio de los hábitos y recursos dietéticos, por los Gobiernos representados

en la misma y para diseminar conocimientos relacionados con la alimentación correcta, en los respectivos países; e insta a la Oficina a ayudar en esta importante tarea, en la forma que le parezca a la misma, más conveniente.

El problema, como se ve, ha sido planteado con vistas al continente y puede asegurarse que un movimiento ha sido ya iniciado en distintos países con cierto éxito. Los aspectos de este problema en relación con la medicina curativa y preventiva han sido tenidos en cuenta y, hasta cierto punto, aislados; pero cabe manifestar que de cualquier modo, ya se presta la debida atención al problema y que van surgiendo organismos vinculados a la sanidad social o a la asistencia de enfermos, que con el nombre de "institutos de nutrición," "servicios de dietética," "laboratorios de experimentación," etc., prestan un verdadero apoyo técnico a los esfuerzos realizados hasta este momento. En el año 1929 tuve ocasión de visitar en Francia, la Sociedad Científica de Higiene Alimenticia y el edificio donde actúa, modernamente montado y en pleno funcionamiento. Tuve ocasión de cambiar algunas ideas con alguno de sus miembros y con el Secretario de la Institución Dr. Alquier sobre el problema que nos ocupa. Concurrí además al Museo Municipal de París, para apreciar objetivamente el grado de desenvolvimiento y las orientaciones de la alimentación racional del hombre, etc. También asistí a algunas exposiciones o salones de alimentación en otros países, pero no son muy expresivos en su faz educativa y sanitaria.

En el año 1929 también visité en Berlín al Secretario de la Sociedad Internacional pro Alimentación del Pueblo, con sede en dicha ciudad, pudiendo darme cuenta del alcance y de la labor realizada, así como de los medios de que disponía para alcanzar sus propósitos. Con alguna anterioridad recibí de esa institución, el nombramiento de miembro del comité organizador y un intercambio de ideas y de propósitos fué hecho en aquella oportunidad. El Dr. Winkel, secretario y director de la *Revista de la Alimentación del Pueblo*, me proporcionó durante mi estada en la capital de Alemania, interesantes datos y folletos donde constan las actividades llevadas a cabo por esa entidad internacional.

Pero fué en realidad, durante mis viajes a los Estados Unidos, cuando pude apreciar el grado de adelanto que han tomado las actividades relacionadas con el problema que esbozamos y los resultados de distinto orden obtenidos. En uno de estos viajes y debido a la gentileza del Director de nuestra Oficina, Dr. Hugh S. Cumming, me fueron proporcionadas toda clase de facilidades para estudiar las distintas particularidades del problema, en los organismos oficiales, semioficiales y privados. Los directores de los servicios de sanidad de los distintos Estados de la Unión me atendieron muy deferentemente, poniéndome en relación inmediata con otros organismos afines a la sanidad local, pero que conducen al mismo fin. Una excelente idea pude formarme de la labor practicada en los Estados

Unidos, en el orden experimental, médico y sanitario, asistiendo, entre otras instituciones, a la Escuela de Higiene y Salud Pública, de Baltimore, donde el Prof. McCollum me documentó ampliamente, respecto a la labor experimental efectuada, que constituye también uno de los elementos básicos de la propaganda en mi país. En la Universidad de Columbia y en Harvard me proporcionaron interesantes datos y adquirí nuevas enseñanzas y un estudio bibliográfico completo sobre el problema, muy útil para mis actividades docentes en la Facultad de Medicina de Montevideo y me interesé también por las diversas publicaciones, muy numerosas por cierto, de revistas, folletos y libros que facilitan el estudio y la orientación del problema en el momento actual. La iniciativa privada en distintas organizaciones y especialmente en las que luchan por el bienestar de la infancia representa un buen aporte de enseñanzas, en beneficio de la salud de la población estadounidense. El Servicio de Salud Pública de Filadelfia, entre otros me proporcionó, por conducto de la División de Higiene Infantil, láminas, folletos e interesantes gráficos que me fueron amablemente cedidos y que yo he tenido oportunidad de utilizar en mi país, para divulgar la obra de la sanidad oficial y privada de los Estados Unidos.

Pero voy a detenerme aquí, interrumpiendo esta breve información de la obra científica sanitaria social y económica realizada por los Estados Unidos y que es ejemplar para los demás países del continente.

Lo hecho en la América Latina.—En Sudamérica, se ha iniciado también una labor que tiende a las mismas finalidades y en los países antillanos se observan igualmente actividades dirigidas en el mismo sentido. La República Argentina, en el mismo orden curativo y preventivo, y con un Instituto de Nutrición ya instalado, ha abordado con decisión el problema, y la Institución Mitre en el año 1928, por indicación del Dr. Gregorio Aráoz Alfaro, actual presidente del Departamento Nacional de Higiene de la Argentina, y del Dr. B. Houssay, profesor de fisiología de la Facultad de Medicina de Buenos Aires, propuso, como tema de concurso, la alimentación en dicho país, y un interesante libro de que es autor el Dr. Emilio J. Schlen ha sido publicado y en él se estudian las distintas fases del problema, haciendo referencia también sus páginas a la iniciativa de la Oficina Sanitaria Panamericana, al incluir entre sus actividades la cuestión a que nos referimos. Puede decirse que en el Brasil nótese el mismo movimiento favorable, activando estos trabajos el Dr. João Pedro de Albuquerque, miembro del Consejo Directivo de la Oficina Sanitaria Panamericana y director actual de Sanidad Marítima en su país. Los Dres. R. Kehl y Silva Mello trabajan en igual sentido y tienen conocimientos de los esfuerzos panamericanos conducentes a la misma finalidad, habiendo dado en la prensa local sus interesantes puntos de vista. En Chile trabajan activamente, habiendo publicado el BOLETÍN de la Oficina datos muy interesantes que dan a conocer la

interesante labor llevada a cabo. En el Perú se han publicado más de una vez en *La Acción Médica* artículos relacionados con el tema. El Dr. Paz Soldán, profesor de higiene de la Facultad de Medicina de Lima, ha incluido entre las actividades del Instituto de Medicina Social que dirige, el problema de la nutrición normal y de la alimentación en el Perú, amplia cuestión higiénica, económica y social que ofrece los más variados aspectos. En Costa Rica el Dr. Solón Núñez, Ministro de Salubridad Pública y Previsión Social, ha iniciado esta clase de actividades dentro de sus funciones sanitarias. Cuba, por intermedio del Dr. Mario G. Lebrado, vice-director de la Oficina y director del Hospital "Las Animas" en su país, he sabido que tiene sus trabajos de la mayor importancia, que tuvo oportunidad de recibir y que responden a las actividades actuales relativas al problema de la alimentación, etc. En Puerto Rico, el actual Comisionado de Sanidad, Dr. A. Fernós Isern, se ocupa asiduamente del problema, que considera de suma importancia para la isla. Otras Repúblicas hállanse también interesadas y hasta es posible que existan algunas organizaciones relacionadas con esta cuestión pero que yo desconozco por el momento. (En el número anterior del BOLETÍN pueden verse reseñas de las obras del mismo género emprendidas en estos y otros países.)

Cuando se establezca el intercambio, entonces sí podremos conocer el verdadero movimiento en favor de la salud continental, referente a la nutrición normal y a la alimentación correcta. Cada país tiene, además de un problema fundamental, otros que son concomitantes, pudiendo considerarse difícil una organización completa de actividades, que debe responder a influencias y condiciones locales, etc., pero algo puede decirse de la labor realizada, de los factores que intervienen o de las directivas que se siguen y que tienen atinencia con el problema, aunque representen una actuación determinada.

Lo realizado por el Uruguay.—En el Uruguay hemos empezado por una acción educativa o cultural y en esto coincidimos con algunos dirigentes de instituciones similares. Hemos constituido en nuestro país la Comisión Nacional de Alimentación Correcta, haciéndola depender del Ministerio de Instrucción Pública. Esta comisión, que actualmente presido, me permite dentro del espacio de que dispongo, dar una idea a los directores de sanidad de los Estados Unidos, de los esfuerzos realizados hasta la fecha, con el deseo de incorporarnos al movimiento panamericanista en el mismo sentido. Naturalmente que los conocimientos adquiridos en los Estados Unidos, que es una verdadera escuela en materia sanitaria, los hemos puesto al servicio de nuestra causa, apreciando todo el valor de la obra constructiva que realiza cada jefe de sanidad, en su respectivo Estado, en ocasión de asistir a la reunión de directores de 1929, a la que fuimos invitados, en calidad de miembros de la Oficina Sanitaria Panamericana por el Director de la misma.

De manera que vuelvo a concurrir a esta reunión para aprender nuevas cuestiones de índole higiénica y sanitaria, para el mejor éxito de las actividades panamericanas, puestas al servicio de la salud de los pobladores de América. Con fecha 20 de junio elevé al Ministerio de Instrucción Pública de mi país, una documentada nota, de cuyo texto informativo prescindo, para no alargar este trabajo, pero que puede ser facilitado a todos los que se interesen por el problema y que tengan intención de crear una institución u organización similar, para dar comienzo a los trabajos en favor de la salud en sus respectivos países. Y fué en virtud de la comunicación presentada a dicho ministerio, que se apreció la importancia, alcance y extensión de esta obra de aspecto nacional e internacional en la que estamos empeñados. Dimos comienzo en la fecha indicada a nuestras actividades, que al principio se referían la composición de alimentos, a su calidad, cantidad, valor energético y otras cuestiones afines.

En nuestro país y en otros muchos, la alimentación del pueblo no ha tenido la base científica de que puede disponerse en la actualidad; ígvan a los pueblos en esta materia, la tradición y el empirismo. Por eso es conveniente educar, describiendo las nuevas prácticas alimenticias, el uso y el abuso de ciertos alimentos, su calidad y cantidad dietéticamente consideradas, interesando a este respecto a los Gobiernos. La dietética en medicina veterinaria, en el momento a que me refiero, podía decirse que se adelantaba a la dietética humana. Y es conveniente para nuestros fines, que responden a las conquistas de la sanidad social, decir dentro del concepto médico y preventivo, que la alimentación adecuada responde eficientemente a la conservación de la salud y a la prolongación de la vida de todos los ciudadanos, evitando la aparición de ciertas clases de enfermedades.

Yo he recordado en mi país a título ilustrativo, que en los Estados Unidos el Ministerio de Agricultura, los servicios de sanidad pública y otras instituciones semioficiales y privadas orientan o sirven de guía a la población en sus prácticas alimenticias y he hablado también de algunas exhibiciones y de la inclusión en el Museo de Historia Natural de Nueva York, de una sección especial donde puede apreciarse objetivamente la orientación del problema, con la presentación de elementos científicos de propaganda; y lo mismo hice saber de la cantidad de folletos que me fueron cedidos y que se refieren al valor energético de los alimentos, al valor de la grasa en la dieta, al desayuno escolar, a la formación del tejido orgánico, a los minerales en la dieta, a la buena proporción de las sustancias alimenticias en la alimentación diaria, a la alimentación del niño, a la significación y necesidad de las vitaminas, etc. Además, pude mostrar una hermosa colección de carteles murales seleccionados y muy útiles para las funciones educativas de la Comisión. Por otra parte, algunas orientaciones y trabajos del Dr. Tadasu Saiki, Director del Instituto de la Nutrición

de Tokio, especialmente en el orden experimental, han sido tenidos en cuenta, en nuestro plan de trabajo.

Este ha sido, en el Uruguay, el primer paso dado con la creación de la Comisión Nacional de Alimentación Correcta, habiéndose interesado nuestro Gobierno por estas actividades. En la debida oportunidad se convocaron a una reunión preparatoria numerosas y destacadas personalidades de nuestros círculos científicos, con el fin de dejar establecida las bases de la nueva institución. Los concurrentes expresaron su adhesión al movimiento científico en favor de la salud, de la economía nacional y el bienestar colectivo. Se acordó organizar un comité provisorio para tratar las bases y orientaciones de la nueva entidad. Y un comité ejecutivo organizó el plan de trabajo constituyendo cuatro secciones a saber:

1. Sección de Propaganda y Publicidad: Comprende informaciones periódicas, edición de folletos, gráficos, etc., composición de films y organización de conferencias.
2. Sección Científica y de Higiene Dietética: Estudios dietéticos en el país, comprendiendo la experimentación respectiva; Enfermedades de la nutrición y del aparato digestivo; Costo de la alimentación correcta individual.
3. Sección Industrial, Producción Agrícola y Ganadera: Elaboración de substancias alimenticias; Costo de los alimentos básicos de la salud colectiva.
4. Sección Internacional: Intercambio con instituciones similares en el extranjero; Canje y adquisición de revistas que tratan de la nutrición y alimentación colectiva; Concurrencia a las Exposiciones de Alimentación u otras en las cuales pueda incluirse un plan cultural de orden dietético.

Entre las primeras cuestiones que se tuvieron en cuenta para la creación del organismo mencionado, figuraba el estudio total del problema en la población, en diversos aspectos y finalidades:

Estudio físico-químico y biológico del suelo agrícola. El problema del agua potable, el abastecimiento de leche higiénica y sus derivados. El cereal, la fruta, las verduras. Las carnes y productos derivados. La enseñanza en las escuelas del Estado del problema de la alimentación teniendo en cuenta finalidades prácticas y la conservación de la salud del escolar. La preparación de alimentos. Escuelas para cocineros. Los deportes físicos y la alimentación y la creación futura de un instituto de nutrición, etc.

Estos fueron los puntos primordiales a incluir en la iniciación de los trabajos.

Lo dicho hasta aquí da una idea de la orientación y actividades desarrolladas hasta el momento en el Uruguay. Los organizadores de la institución nombrada, poseídos del mayor interés y entusiasmo trataron de reunir las voluntades dispersas de nuestros técnicos que, merced a su profesionalismo, pudieran tener puntos de contacto con los diversos aspectos del problema, para que surgiera un organismo completo que, colocado bajo el amparo oficial, aisladamente o unido a alguna institución pública, pudiera encausar el estudio de la alimentación adecuada en toda su amplitud.

La Comisión desarrolla sus actividades especialmente en la Capital por ahora, y brevemente diré algo de lo realizado en el orden cultural en los tres años que llevamos de vida. El Ministerio de Instrucción

Pública, considerando un pedido formulado por la Comisión, prestó la merecida atención al problema, prestigiando la iniciativa y ofreciendo su concurso para la realización de la obra educativa que un grupo de ciudadanos, entre los cuales figuran médicos, abogados, fisiólogos, químicos, farmacéuticos, odontólogos, agrónomos, maestros, periodistas, etc., decidieron llevar a la práctica. Los poderes públicos dispensaron su ayuda moral y material a la iniciativa que tendía en primer término al cuidado y bienestar de la población, en uno de sus aspectos más importantes. Hemos hablado ya de los primeros puntos que fueron tratados y, sin entrar en otras consideraciones de orden puramente local, puedo añadir que distinguidos técnicos de la Administración Pública y de algunas instituciones oficiales han cooperado eficientemente, así como la prensa local que ha prestado todo su apoyo, animada de un amplio espíritu de colaboración, en vista de la elevada finalidad que se persigue. Recordaré que en una visita realizada a Montevideo, por el Dr. John D. Long, Comisionado Viajero de la Oficina Sanitaria Panamericana, lo invitó la Comisión, para que expusiese sus puntos de vista respecto al problema técnico cultural de la nutrición y de la alimentación del pueblo.

En este mismo año a que me refiero el BOLETÍN de la Oficina Sanitaria Panamericana hace figurar con cierta frecuencia en sus columnas datos y temas muy interesantes que se refieren al problema que nos preocupa contribuyendo así a coordinar las actividades dispersas en el continente y a facilitar el intercambio, siendo muy eficiente su cooperación. Las finalidades y los propósitos de la Comisión de Alimentación dieron por resultado efectuar una Exposición de Alimentación, en uno de los locales céntricos de la ciudad, incluyendo la Semana de la Leche y una jornada técnica, etc. El Ministerio de Instrucción Pública ha incluido, como puede verse, dentro de sus funciones culturales, una nueva enseñanza de vastas proyecciones sociales y económicas y de verdadera cooperación para la salud de todos los habitantes del país, estimulando el esfuerzo industrial y tratando de trazar normas higiénicas en la elaboración de productos alimenticios, a fin de obtener para todos los ciudadanos, el mas alto exponente en la salud por medio de la nutrición normal alcanzada por la alimentación correcta, en todos sus aspectos, buscando su repercusión en la eficiencia del trabajo, en el vigor y en la estructura del organismo humano.

En el segundo año se intensificaron las actividades, mereciendo la comisión una aprobación unánime dentro y fuera del país, por la labor realizada y un punto que merece destacarse, se refiere, a los esfuerzos de la comisión para alcanzar la higienización de la leche sobre bases técnicas irreprochables. Y al efectuar el primer Salón de Alimentación, el problema del abastecimiento de leche pasteurizada en las ciudades, fué motivo de una especial atención. Instituciones oficiales y otras subvencionadas y también privadas, aportaron al

primer Salón de Alimentación, un magnífico caudal de enseñanzas y distinguidos técnicos y profesionales prestaron entusiastamente su concurso, haciendo oír su autorizada palabra en todo el país, al disertar sobre los distintos temas aconsejados. La radio oficial contribuyó a difundir entre la población los conocimientos sobre el problema de la alimentación correcta. La escuela y el comercio presentaron en *stands* respectivos, su concurso a la obra de la comisión.

En el último año las actividades han continuado dentro del mismo plan científico y educativo. Se han aprovechado las exposiciones celebradas en la capital y en los Departamentos, relacionadas con la granja o con la industria agropecuaria, para demostrar gráficamente con una difusión de folletos adecuados, lo que significa la nutrición normal y la importancia de la ciencia dietética. La comisión ha sido también invitada en distintas ocasiones para visitar organismos oficiales y particulares. En algunas de las fábricas a las cuales concurreó pudo observar una buena dirección en la alimentación de los operarios, pero debido al precio excesivo, algunos productos alimenticios no eran comprendidos en el menú diario, pero bastó indicarlo para que se tratara de buscar la solución económica que corresponde a fin de dar una alimentación mejor balanceada, etc. Folletos impresos y gráficos especialmente editados, sirvieron para ilustrar a todos los que se interesan por este problema y cabe recordar que, con motivo de celebrarse en Montevideo el Congreso Internacional de Biología, uno de los Delegados brasileños, el Dr. Oscar Dutra Silva, planteó el problema de la aplicación científica del frío, habiéndose constituido en esta fecha la Sociedad Uruguaya de Criología que tiene relación, en parte, con el problema del cual nos ocupamos.

De acuerdo con la ordenanza vigente, la higienización de la leche es una realidad en el país y hoy existen en la capital de la República dos grandes usinas de pasteurización de leche, con todas las garantías técnicas necesarias, y también en algunos Departamentos se trabaja en igual sentido, y en algunos de ellos la leche también se consume pasteurizada en cierta proporción. Concurrieron al primer Salón de Alimentación, la Escuela de Agronomía, la Escuela de Veterinaria, las Escuelas Industriales, el Instituto de Pesca, el Banco de Seguros del Estado, la Asociación de Protección a la Infancia, la Dirección de Saneamiento, el municipio, la Asistencia Pública y el Consejo Nacional de Higiene, la Liga Nacional contra el Alcoholismo, la Cruz Roja, etc.

Trascendencia del problema.—He aquí, ligeramente expuesta, la labor de la Comisión Nacional de Alimentación hasta la fecha, cuyo plan variado contribuye a defender la salud y a procurar el bienestar económico, que son los dos capitales esenciales de todo individuo en la colectividad y que deben ocupar los primeros sitios entre las actividades de los Gobiernos. El problema de la alimentación correcta nada tiene de superfluo, como podrían suponer los que ignoran las prácticas de la nutrición y los conocimientos de la alimentación

adecuada y que se desinteresan en las cuestiones económicas. Se ha vivido hasta aquí sin que estos estudios nos preocuparan, podrán decir algunos, pero puede asegurarse que las condiciones de la alimentación actual varían cada día más y se apartan de las condiciones naturales de otra época, a medida que avanza el progreso. Por lo tanto, los higienistas de la época están obligados a preocuparse seriamente del problema y ya no son el escorbuto, la pelagra, la avitaminosis, las únicas enfermedades que deben interesarnos, sino que se presenta a la vez un gran problema médico y sanitario que hay que resolver. La tuberculosis, la diabetes y hasta el cáncer, según algunos autores, tienen su relación con este problema, pero el mayor interés debe ser desde el punto de vista preventivo, que tiene relaciones con el niño, con el adulto, etc.; mejor dicho es un problema individual y social, que debe ser resuelto para contribuir a la conservación de la salud de todos los habitantes de América.

CONCLUSIONES

I. Deben estimularse las actividades relacionadas con la nutrición normal y la alimentación correcta, en sus múltiples aspectos, y es conveniente para los fines cooperativos y sanitarios, divulgar los conocimientos adquiridos, ya incluidos en la gestión actual de la sanidad estadounidense y en la de otros países de América.

II. Debe expresarse públicamente todo el reconocimiento que merecen los investigadores científicos, representantes de la Sanidad Oficial, auxiliares y colaboradores, así como todas las instituciones de los Estados Unidos de carácter oficial, semioficial o privado que aportan su concurso y su invalorable contribución para resolver uno de los importantes problemas de la salud colectiva.

Séame permitido entretanto, dar las gracias por la atención que me han dispensado los distinguidos representantes de la Sanidad Oficial y demás asistentes a este acto, al dejarme exponer este tema, que responde a la amable invitación que me fué extendida oportunamente por los dirigentes de esta importante reunión. Puédoles desde ahora asegurar que estas actividades relacionadas con el problema de la nutrición normal y de la alimentación serán ampliadas con nuevos conocimientos que pienso incorporar durante mi permanencia en los Estados Unidos, respondiendo también a una misión oficial, conferida por mi Gobierno, en esta ocasión.

¿Qué es "laritmia?"—Laritmia es una palabra derivada de los vocablos griegos *laos* (gente) y *artimos* (número); es una voz nueva, acuñada por los eugénicos para denotar el estudio de los aspectos cuantitativos de la población humana.