

**CONFERENCIA DE NUTRICION DE RIO DE JANEIRO****Informe final (\*)****RECOMENDACIONES****I.—Establecimiento de políticas y programas de nutrición satisfactorios.**

La Conferencia recomienda:

1º Que antes de adoptar medidas que podrían influir en el estado de la nutrición de la población, los Gobiernos deben consultar a los expertos en nutrición de sus organismos especializados. Tales consultas podrían también hacerse a especialistas en economía, educación y actividades afines, con el objeto de formular los programas coordinados de alimentación y nutrición. Los métodos administrativos que se adopten para asegurar el éxito de estas consultas diferirán posiblemente de un país a otro.

2º Que, en algunos países, el objetivo final debe ser el establecimiento de una organización que tenga responsabilidad administrativa directa en las medidas que se hayan de adoptar en relación con la alimentación y la nutrición. Tal organización podría ser un Ministerio de Alimentación o cualquier otro departamento u organismo nacional apropiado.

**II.—Extensión de los programas de nutrición a las zonas rurales.**

La Conferencia recomienda:

1º Que los Gobiernos desarrollen programas de acción y que no se limiten a las ciudades, sino que se extiendan a todo el país y que se hayan formulado con el fin de mejorar el estado de la nutrición en las localidades más necesitadas.

2º Que se preste consideración especial a la preparación en nutrición del personal que va a estar en contacto con los grupos

---

(\*) "Archivos Venezolanos de Nutrición" se complace en publicar las Recomendaciones aprobadas en la II Conferencia de Nutrición celebrada en Río de Janeiro. Por falta de espacio no se publican los Considerandos de las mismas. Asimismo, "Archivos Venezolanos de Nutrición" hará en el próximo número algunas consideraciones a los acuerdos tomados en tan interesante Conferencia.

pobres de la población rural, personal que puede estar constituido por maestros rurales, especialistas en bienestar social, funcionarios de salud pública, enfermeras y técnicos agrícolas. Esta preparación puede darse por medio de cursillos sobre nutrición o por cualquier otro medio.

3º Que los Gobiernos deben prestar atención especial a la necesidad de poner a disposición de la población rural facilidades suficientes para su consumo adecuado; tales facilidades pueden comprender el suministro de semillas y hortalizas, insecticidas, fertilizantes e implementos agrícolas.

### **III.—Alimentación escolar.**

**La Conferencia recomienda:**

1º Que se proteja la nutrición de los niños escolares mediante el desarrollo en todos los países latinoamericanos de programas de alimentación escolar, basado en principios de nutrición eficientes.

2º Que los Gobierno, al asignar fondos para la ayuda a escolares, concedan prioridad a los programas de la alimentación.

3º Los programas deberán abarcar a todas las escuelas de los distintos países y principalmente a las escuelas ubicadas en las zonas industriales y rurales pobres, en donde habitualmente son más deficientes las condiciones de alimentación de los niños.

4º Que los programas se adapten a las condiciones sociales y económicas, así como a los hábitos alimentarios locales, y que se aprovechen, en forma completa, los alimentos regionales de uso familiar, de bajo costo y de alto valor nutritivo.

5º Que se planeen las comidas con la finalidad de corregir las deficiencias de la alimentación que los niños reciben en sus casas.

6º Que la enseñanza de principios de la nutrición constituya una parte importante de los programas de alimentación escolar.

7º Que cuando sea posible se organicen cursos apropiados de instrucción teórica y demostraciones prácticas en las escuelas para instrucción de los niños, y en caso de que fuera factible, de los padres enseñando el cultivo y preparación de productos alimenticios adecuados y explicando las razones por las cuales se les incluye en una dieta balanceada. La creación de huertos y cocinas escolares es de gran valor para este tipo de enseñanza.

8º Que la supervisión de los programas de alimentación es-

colar esté a cargo de una sola organización, la misma que deberá buscar siempre el asesoramiento de expertos para asegurar que la alimentación sea satisfactoria desde el punto de vista de la nutrición.

9º Que los organismos que en cada país se preocupan de la salud del niño busquen soluciones para la ayuda alimentaria de los niños en edad escolar que no concurren a las escuelas.

#### IV.—Alimentación de obreros.

La Conferencia recomienda:

1º Que los Gobiernos establezcan o amplíen sus servicios de alimentación destinados a suministrar a los obreros comidas de alto valor nutritivo a un precio dentro de su capacidad adquisitiva y que se estimule a las organizaciones privadas a seguir una política similar.

2º Que en los casos en que se estime necesario se haga obligatorio el establecimiento de comedores en las fábricas y que se cumplan rigurosamente las disposiciones existentes para la alimentación de obreros.

3º Que la organización de los servicios de alimentación para obreros esté vigilada por especialistas en nutrición, con el fin de que las comidas suministradas sean satisfactorias. La organización y supervigilancia de tales servicios en los países en que existen instituciones nacionales de nutrición deben encomendarse a estos organismos.

4º Que, para comodidad de los obreros, los comedores populares se instalen en los locales de trabajo o en su vecindad. Con el fin de que los trabajadores puedan alimentarse en condiciones psicológicas favorables, los comedores populares deben ofrecer un ambiente completamente diferente al de la fábrica o de la planta.

5º Que los comedores no sean solamente lugares para comer, sino también un medio para inculcar a los obreros mejores hábitos alimentarios e higiénicos, para lo cual deberán contar con las instalaciones y equipo necesarios. Se podrá complementar el valor educativo de las comidas por medio de la radio, exhibición de carteles o afiches y distribución de folletos.

6º Que se dé atención especial al programa de la ayuda alimentaria a los trabajadores rurales, cuya alimentación aún no

ha recibido suficiente atención de acuerdo a sus elevadas necesidades nutritivas.

7º Que se adopten medidas apropiadas con el fin de proteger la nutrición de las familias de los obreros.

8º Que al organizar programas de alimentación de obreros se considere debidamente su ambiente social, para que ello no interfiera en la vida familiar.

#### **V.—Encuestas alimentarias.**

La Conferencia recomienda:

1º Que los Gobiernos creen en sus servicios de nutrición el número suficiente de cargos de nutricionistas para hacer encuestas dietéticas adecuadas.

2º Que utilicen al máximo las instituciones nacionales de nutrición para preparar nutricionistas.

3º Que si no se dispone de medios para preparar el personal de las encuestas, procuren conseguir becas para esta preparación.

4º Que se sigan métodos comparables para hacer encuestas alimentarias. La información sobre métodos empleados en cada país debe enviarse a la FAO con el fin de que esta Organización la haga conocer a instituciones y especialistas interesados en la materia en otros países. Tal información debe incluir datos sobre las modificaciones impuestas por las condiciones locales y que implican mejoramiento en la técnica.

5º Que los organismos internacionales interesados en nutrición contribuyan a facilitar la preparación del personal para las encuestas, ayudando a conseguir las becas necesarias.

#### **VI.—Evaluación del estado de la nutrición.**

La Conferencia recomienda:

1º Que los informes sobre estudios clínicos de la nutrición indiquen la frecuencia y síntomas observados sobre los cuales se han basado las conclusiones, incluyendo resultados positivos y negativos.

2º Que los informes incluyan también la definición precisa

de los términos empleados o se refieran a las definiciones "standard" ya publicadas.

3º Que las encuestas rápidas en el campo de la salubridad pública incluyan, por lo menos, datos de peso, altura, descripción cuidadosa del aspecto físico, de la actitud general, cabello, ojos, labios, encías, lengua, dientes, piel, anotando también el aumento de volumen del tiroides y las posturas del cuerpo. En determinadas zonas pueden ser necesarios exámenes del hígado y bazo, y el indicar la frecuencia de ciertas enfermedades intercurrentes.

#### VII.—Valor de las investigaciones de laboratorio en las encuestas sobre el estado de la nutrición.

La Conferencia recomienda:

1º Que todas las investigaciones sobre el estado de la nutrición incluyan la determinación del tenor hemoglobínico en gramos de hemoglobina por cien centímetros cúbicos de sangre.

2º Que en la mayoría de los países latinoamericanos las investigaciones sobre el estado de la nutrición incluyan la determinación del valor de hematócrito, el conteo de glóbulos rojos, la determinación microscópica de parásitos y radiografías torácicas.

3º Que las determinaciones de fosfatasa alcalina y estudios radiológicos de osificación son de valor en el estudio del estado de la nutrición de los niños. Muestras de sangre para parásitos de paludismo, conteo de glóbulos blancos, eritro-sedimentación, estudios serológicos (sífilis), ácido ascórbico y caroteno en el suero; pueden ser muy útiles en algunos grupos o zonas.

4º La determinación de las proteínas totales en el suero no permite sacar conclusiones definitivas sobre el estado de nutrición. Este concepto, en la actualidad, puede también aplicarse a la determinación de las fracciones proteicas por métodos químicos, de vitamina A, vitamina E y riboflavina en el suero; tiamina, en la sangre; vitaminas en la orina; excreciones y pruebas de saturación vitamínica. El estudio de la excreción urinaria de amino-ácidos es una investigación que podría ser útil en el futuro.

### **VIII.—Control de los análisis químicos de la composición de los alimentos.**

La Conferencia recomienda:

Que los laboratorios que llevan a cabo análisis de alimentos obtengan muestras standard para verificar esos análisis en forma cooperativa y recomienda que los países tomen nota del ofrecimiento del Instituto de Nutrición de Centro-América y Panamá (INCAP) para recolectar muestras.

### **IX.—Índices bibliográficos sobre composición de alimentos.**

La Conferencia recomienda:

1º Que los países inicien la preparación de índices bibliográficos de los trabajos disponibles sobre composición de alimentos.

2º Que tales índices bibliográficos sean enviados a la Dirección de Nutrición de la FAO para ayudar a completar la información necesaria con el fin de preparar nuevas ediciones de las "Tablas de Composición de Alimentos para Uso Internacional", y mantener adecuadamente informados a los países de la América Latina.

3º Que los países elaboren y envíen a la FAO, para distribución internacional, un glosario con los nombres de los alimentos y platos locales.

### **X.—Investigación de la composición de los alimentos.**

La Conferencia recomienda:

1º Que se incluyan datos completos sobre las muestras de alimentos analizados en todos los informes sobre composición de alimentos.

2º Que se dé preferencia en el análisis químico de los alimentos a aquellos que tengan mayor importancia en la dieta del país.

3º La determinación del contenido de sustancias nutritivas en alimentos transformados por métodos culinarios u otros es de gran importancia para el conocimientos de su aporte nutritivo real.

4º Determinar el valor biológico de las proteínas en las mezclas de alimentos autóctonos, y también de otros disponibles, para las necesidades humanas.

**XI.—Alimentos importantes para corregir deficiencias dietéticas, especialmente en proteínas.**

La Conferencia recomienda:

1º La leche descremada desecada, así como las combinaciones de alimentos autóctonos de elevado valor biológico reconocido para que se utilicen en la cantidad en que puedan obtenerse como fuente de proteínas para grupos de población de bajo nivel económico.

2º Las levaduras y derivados proteicos de la soya, como productos que sólo deben usarse en la actualidad con carácter de suplementarios de la dieta básica.

**XII.—Bocio endémico.**

La Conferencia recomienda:

1º Que los Gobiernos de los países en los cuales el bocio endémico es un problema de salud tomen las medidas necesarias para la yodización de toda la sal comestible.

2º Que la cantidad de yodo sea una parte de esta sustancia por 10.000 partes de sal.

3º Que no se use el término "sal yodada" porque puede significar la idea de que es una medicina. Si toda la sal para consumo humano en un país se yodiza, no es necesario que se dé un nombre especial a esa sal, pero sí un nombre distinto como el de "sal enriquecida" o "sal standard".

4º Que la OMS suministre asistencia técnica a los Gobiernos para solucionar los problemas relativos a la yodización de la sal cruda.

5º Que la Dirección apropiada de la FAO ayude a estudiar el problema del bocio y su prevención en el ganado de los países de la América Latina.

### **XIII.—Alimentación de embarazadas y madres nodrizas.**

La Conferencia recomienda:

1º Reiterar a los Gobiernos latinoamericanos que realicen e impulsen una adecuada educación alimentaria a las embarazadas y madres nodrizas, por medio de las instituciones oficiales y privadas que las atiendan.

2º Prestar especial atención al suministro de dietas complementarias a las embarazadas y madres nodrizas, con prioridad a la satisfacción de otros aspectos asistenciales que ellas requieran.

3º Considerar en estas dietas complementarias aquellos alimentos que corrijan las deficiencias más importantes en su dieta habitual, de acuerdo con la recomendación particular sobre alimentos de valor complementario.

4º Realizar, donde aún sea necesario, estudios sobre las condiciones alimentarias de las embarazadas y madres nodrizas que permitan fundamentar las medidas tendientes al cumplimiento de las recomendaciones anteriores.

### **XIV.—Alimentación de infantes y niños de corta edad.**

La Conferencia recomienda:

1º Que en aquellos países donde no se dispone de suficiente leche los Gobiernos inicien investigaciones y estudios clínicos para buscar fórmulas prácticas de alimentación infantil suplementaria, principalmente a base de alimentos locales al alcance de la mayoría de la población.

2º Que mientras esos estudios e investigaciones se realicen, se aconseje a los países con escasa producción de leche que aprovechen la leche descremada en polvo como la fuente actual más barata de proteínas de origen animal y como el medio más práctico para completar las dietas deficientes.

3º Que en aquellos países que disponen de suficiente leche completa se procure ponerla al alcance del mayor número de madres y niños, como el medio más eficiente para reducir la mortalidad infantil.

## XV.—Programas de nutrición en los departamentos de salubridad pública.

La Conferencia recomienda:

1º Las actividades en el campo de la nutrición deben incluirse entre las obligaciones de los departamentos de salubridad pública, los cuales deben trabajar en estrecha colaboración con las instituciones y servicios de nutrición, utilizándolos de la mejor manera posible.

- a) Ser fuente de información técnica en toda materia relacionada con la nutrición y alimentación humanas y estimular la consideración de este tipo de problemas;
- b) Actuar como asesor de los Gobiernos y sus organismos en los aspectos alimentarios de producción, distribución y mercado de alimentos para consumo humano.
- c) Formular recomendaciones sobre niveles de consumo para instituciones de alimentación colectiva o para programas de alimentación y resolver consultas sobre estos temas.
- d) Incluir las materias de nutrición y alimentación en los programas de educación sanitaria y coordinar y orientar la educación alimentaria que se imparta en el país.
- e) Realizar estudios sobre el estado nutritivo de la población.

2º Para llevar a cabo las funciones antes mencionadas, los servicios encargados de los problemas de nutrición deben contar con las facilidades y medios indispensables. Especialmente serían necesarios para efectuar en alguna forma:

- a) Análisis de alimentos y preparación de las tablas correspondientes.
- b) Encuestas alimentarias sobre consumo de alimentos y hábitos alimentarios.
- c) Investigaciones de problemas de nutrición o alimentación que se presenten como emergencias de importancia sanitaria.

3º Que los servicios de salubridad pública tengan capacidad para indicar a los organismos correspondientes programas de investigación que sean de importancia para los planes sanitarios.

## **XVI.—Educación en nutrición para el público.**

La Conferencia recomienda:

1º Que en las campañas educativas de nutrición se dé preferencia al niño y especialmente a los escolares, enseñándoles buenos hábitos alimentarios. Se reafirma la necesidad de dar cumplimiento a la recomendación XIV de la Conferencia de Montevideo, parágrafo 2, que dice:

“Que las autoridades de Enseñanza Primaria y Secundaria incluyan o mantengan como norma obligatoria dentro de sus programas la enseñanza de nociones de materias relacionadas con los principios fundamentales de la alimentación humana. Para esta finalidad se debe dar a los maestros conocimientos sobre producción y preparación de alimentos y sobre la distribución de los ingresos, para obtener un régimen del mayor valor nutritivo posible.”

2º Que al preparar las campañas educativas de nutrición se tenga en cuenta la composición de la población, su distribución en zonas rurales y urbanas, así como también la proporción de analfabetas.

3. Que las reuniones de niños y adultos en forma de clubs se utilicen para inculcarles conocimientos sobre nutrición, buenos hábitos alimentarios y otros conocimientos de carácter práctico relativos a la selección y preparación de alimentos. Para la organización y mantenimiento de estos clubs será necesario preparar personal apropiado.

Los programas de nutrición deben complementarse por todos los medios posibles para estimular al individuo a producir alimentos de alto valor nutritivo por medio de la crianza de animales domésticos y el cultivo de frutas y hortalizas de la huerta casera.

4º Que cuando los países lo juzguen necesario soliciten de la FAO y de otros organismos internacionales ayuda posiblemente por medio de técnicos, con el fin de planear y desarrollar programas de educación en nutrición.

5º Que los organismos internacionales proporcionen en lo posible material informativo para divulgación durante el desarrollo de la campaña educativa.

## **XVII.—Preparación de personal especializado en nutrición.**

La Conferencia recomienda:

1º Que se solicite de la FAO y de otros organismos internacionales interesados la creación de becas para el estudio de nutrición y alimentación. Que cuando sea necesario estas becas se complementen con ayuda que cubra los gastos de subsistencia de los becados en los países en que estudien.

2º Que la FAO y otros organismos internacionales ayuden a conseguir asistencia técnica por medio de profesores obtenidos en otros países para preparar personal en aquellos países que así lo soliciten.

3º Que se insista para que se cumpla la siguiente recomendación de la Conferencia de Montevideo (XV, 2):

“Que los Gobiernos incluyan en su departamento técnico el personal egresado de estas escuelas especializadas para alentar el desarrollo de la profesión y para que los centros que tengan a su cargo problemas prácticos de nutrición puedan contar con la garantía de un personal convenientemente capacitado.”

Esta recomendación debe incluir personal preparado en nutrición y alimentación en otras instituciones docentes, como Universidades, etc., procurando en lo posible que dicho personal obtenga retribución adecuada a su capacitación profesional.

4º Que las Facultades de Medicina y Escuelas de Higiene e instituciones científicas afines establezcan cátedras de Nutrición y de materias relacionadas con esta ciencia como medio adecuado de cumplir la recomendación de la Conferencia de Montevideo y que además fomenten trabajos de investigación en nutrición como temas de tesis en los centros médicos de enseñanza aludidos.

5º Que se preparen visitadoras nutricionistas con el objeto de colaborar en las campañas educativas de nutrición.

## **XVIII.—Institutos y departamentos de nutrición.**

La Conferencia recomienda:

1º Que los organismos de nutrición posean personal técnico adecuado y recursos suficientes para cumplir las recomendaciones de esta Conferencia:

- a) Que en aquellos países donde aún no existan dichos organismos se creen institutos o departamentos de nutrición para la investigación y enseñanza científicas, relacionándolos directa o indirectamente con organismos ya existentes de investigación o de enseñanza superior.
- b) En aquellos países donde no existan servicios para realización de los programas de alimentación y de educación popular alimentaria deben crearse bajo la supervigilancia de los servicios técnicos antes mencionados.
- c) Las recomendaciones anteriores no significan la exclusión de organismos que realicen ambas funciones simultáneamente, aun también fuera de las actividades docentes superiores.

### **XIX.—Política económica y nutrición.**

La Conferencia recomienda:

Que se sugiera a los organismos interesados en los problemas económicos de la América Latina y en especial a la Comisión Económica para la América Latina (CEPAL) que, al considerar la política económica a seguirse, tengan en cuenta la importancia de la producción, importación, subsidios y precio de los alimentos, con el fin de satisfacer las necesidades alimentarias de los pueblos de la región.

### **XX.—Asistencia técnica para el desarrollo económico.**

La Conferencia recomienda:

1º Que los organismos especializados presenten a la consideración del Consejo de Asistencia Técnica de las Naciones Unidas la opinión de esta Conferencia en el sentido de dar la más alta prioridad a las solicitudes de ayuda para proyectos destinados a mejorar el estado de la nutrición, ya que se necesita de una población bien alimentada para ejecutar planes vigorosos para el desarrollo económico.

2º Que los programas de adiestramiento y las zonas de demostración deben ser desarrollados sobre bases regionales y en colaboración con los centros de enseñanza y de demostración existentes (universidades, institutos, estaciones experimentales, "plantas pilotos"), a los cuales se enviarán consejeros e instruc-

tores y donde se concentrarán trabajadores provenientes de la región.

3º Que la FAO y la OMS deberán estudiar los medios de suministrar a los institutos nacionales asistencia en la adquisición de equipos y otros materiales que necesiten urgentemente para llevar a efecto estudios sobre nutrición en relación con el programa general de desarrollo económico.

4º Que los Gobiernos deberán someter a los organismos internacionales especializados, lo antes posible, sus solicitudes de asistencia técnica en el campo de nutrición para que el planeamiento pueda desarrollarse de manera satisfactoria.