

EDITORIAL

ALIMENTOS

El Código Alimentario afirma que "alimento es toda sustancia o mezcla de sustancias elaboradas, que ingeridas por el hombre aporten a su organismo los materiales y la energía necesarias para el desarrollo de procesos biológicos..."

En esta última línea caben todas las formas de accionar de las diversas sustancias que forman química y físicamente parte de los alimentos, tales como ácidos orgánicos muy variados, fibras de distinta naturaleza, polifenoles, muy distintos ácidos grasos, sales diversas, etcétera.

Las funciones diversas que tiene el organismo se ponen en marcha cuando los alimentos, acondicionados por el aparato digestivo, ingresan al medio interno, siguen diversos caminos metabólicos, y en parte se excretarán como desechos.

La tendencia a adjudicar a los alimentos otras funciones a las ya harto conocidas, aunque no estén suficientemente probadas, puede determinar algunas veces confusiones en los consumidores y mayores costos para los mismos, acentuados por una publicidad que los promueve sin cesar, a través de los medios comunes de difusión, especialmente con el martilleo constante en la TV, que trata de justificar con afirmaciones rotundas postres que aceleran el crecimiento del niño y sobre todo dadores de cualidades inmunológicas superlativas, hecho que también se extiende a los adultos. Claro que mucho sería exigir demostraciones en trabajos epidemiológicos serios y con responsabilidad manifiesta, que se repitan continuamente en la población, realizados por instituciones científicas reconocidas.

No nos aflige tanto esto porque, al fin de cuenta, daño no parecen producir; lo que ya es mucho decir. Lo que nos preguntamos algunos médicos, es si no hemos empezado a caer también nosotros en estas creencias poco menos que mágicas, al señalar que hay alimentos a los que podemos llamar "funcionales" por el solo hecho de presentar principios nutritivos en generosas proporciones que siempre han tenido, o simplemente al agua potable o mineral que permite al organismo "liberarse de sus desechos" como si fueran excepcionales transportadores renales, algo que haría aparecer como incapaces de cumplir esa función a las que nos llega a nuestros domicilios a través del sistema de red, o envasadas en las mismas fuentes de donde surgen o se las extrae.

En el caso de la soja se ha dicho que sería un alimento "funcional" por el conjunto de isoflavonas (daizeína, genisteína y gliceteína) que contienen sus granos, cosa que no le es exclusiva, y que pueden verse en varios alimentos comunes como consta en la tabla de composición química de alimentos del *U.S. Department of Agriculture*, la que incluimos en el libro *SOJA*, cuya dirección nos confiara la SAN hace un par de años; en ella podrá observarse que estas isoflavonas también las tienen una gran cantidad de porotos y otros sustancias tan dispares como las infusiones de lapacho.

Dado el parecido molecular de estas isoflavonas con el 17 b- estradiol humano, se ha dicho que la ingesta de soja determinaría efectos leves; pero lo cierto es que la FDA no ha reconocido a estas sustancias como formas medicamentosas, ni aún aisladas, y solamente las reconoce como coadyuvantes nutricionales. Por otra parte, los pueblos asiáticos, grandes consumidores de soja modificada coquinaria o industrialmente por distintas técnicas desde hace siglos, no muestran diferencias notorias de salud con las poblaciones de Occidente, por lo menos atribuible a ese hecho.

Si comparamos al organismo con un viejo molino de viento, como los que vemos en la región de la Mancha en tantas imágenes, diríamos que las aspas se mueven por el viento (estímulo), transmiten esa energía a su eje y éste mueve las grandes piedras molidoras (lo funcional), debajo del cual se ha colocado el grano que será modificado para que sirva como harinas (alimento).

De esta forma conciliamos el pensamiento de Pedro Escudero, cuando en su discurso de toma de pose-

sión de la Cátedra de Nutrición en 1938, decía: "...la nutrición es la resultante de un conjunto de funciones armónicas y solidarias entre si que tienen por objeto mantener la integridad normal de la materia y asegurar la vida."

Muchos años más tarde, el Prof.Tit.de Nutrición José Abel Landa, que tanto se ocupó de modernizar los conocimientos de nutrición clínica y su aplicación social y comunitaria, enseñaba que en los alimentos había que hacer una clara separación entre aquellos ricos en principios nutritivos que el organismo no puede sintetizar y que por esa razón llamó indispensables, de los demás que si pueden hacerlo.

Dr. Rolando Salinas

Prof. Consulta (UBA) y Emérito (U. Barceló)