

Bernabeu-Mestre, J., y Barona, J. L. (editores)
Nutrición, Salud y Sociedad. España y Europa
en los siglos XIX y XX

Valencia, Seminari d'Estudis sobre la Ciència,
Universitat de València (2011), 369 páginas

En el terreno de la salud los dos últimos siglos han aportado una serie de cambios sin parangón tanto para el Ser Humano individualmente considerado, como para el desarrollo de su vida en sociedad. La mejora de los índices de salud de la población, evidenciables a partir de variables cuantitativas y cualitativas, tales como la esperanza de vida y la calidad de la misma (u otros parámetros indirectos como por ejemplo la talla) han sido posibles en virtud de dos grandes motores transicionales, por un lado la disminución de las enfermedades infecciosas y, por el otro, las amplias mejoras en la alimentación acaecidas desde finales del siglo XVIII. No obstante, y al igual que sucede con la prototípica paradoja del huevo y la gallina, en la secuencia de acontecimientos que abarcan desde mediados del siglo XIX y hasta nuestros días se confunden a menudo causas con consecuencias y, aún a día de hoy, no queda claro para los especialistas cuál fue el orden y el peso específico de las circunstancias que terminaron por propiciar nuestra actual realidad.

El libro que se reseña incide de especial forma en el papel desempeñado por la alimentación y la nutrición en todos estos cambios. Un rol que se vio favorecido en virtud de la revolución científica y tecnológica de principios del siglo XIX y, por tanto, del «descubrimiento» de la nutrición como una verdadera ciencia alejada de las prácticas empíricas, meramente observacionales, y del pensamiento mágico de épocas anteriores. Al mismo tiempo, se hace un especial hincapié en el origen de todas aquellas instituciones tanto nacionales como supranacionales nacidas con el interés de aplicar a una población cada vez más importante en número (fruto de la denominada transición demográfica) los hallazgos en este terreno. Resulta interesante en extremo conocer el marco sociocultural que dio pie al nacimiento, por ejemplo, de la Food and Agriculture Organisation (FAO) o de la hoy siempre ubicua Organización Mundial de la Salud (OMS); y de cuáles fueron sus prioridades iniciales, al principio de la mano de la Sociedad de Naciones, creada en 1905, y germen de lo que hoy conocemos como la FAO. Todo ello en un marco convulso y especialmente violento en un periodo de entre guerras, el de la primera mitad del siglo XX, que dificultaba sobremanera la puesta en marcha de aquellas políticas nutricionales que tan apenas acababan de nacer de fruto de la investigación y del conocimiento científico.

Sin embargo, fue este mismo marco socialmente errático el que facilitó, tristemente, el avance a pasos agigantados del conocimiento sobre el terreno de las diferentes situaciones de carencia nutricional ya fuera cuantitativa

(por restricción calórica), cualitativa (por déficits de micronutrientes) o combinada. Desde la Gran Guerra y hasta la II Guerra Mundial pasando por la Guerra Civil española, los campos de concentración y de refugiados, las grandes depresiones de países como Grecia, Holanda o Irlanda, la vieja Europa se convirtió con el devenir de los últimos cincuenta años del siglo XIX y los primeros cincuenta del XX en un gran tubo de ensayo digno de observación (y también de intervención dentro de las obvias limitaciones) para una nueva estirpe de científicos, los nutricionistas. Así, y de la mano principalmente de la clase médica se pudo constatar como la mayor parte de sus descubrimientos eran observados con expectación tanto por los diferentes gobiernos nacionales, como por una industria cada vez más pujante y con mayor peso en lo que se refiere al interés de ofrecer los mejores alimentos posibles a los consumidores.

De estos años, principios de siglo XX, y una vez aceptada de forma más o menos consensuada la caloría como medida para medir el gasto fisiológico y la energía aportada por los alimentos, parten las primeras estimaciones sobre el cálculo de las necesidades energéticas, su relación con el trabajo realizado (en intensidad) y la situación familiar. Desde la actual perspectiva llama poderosamente la atención lo similares de aquellas primeras estimaciones con las que en la actualidad se realizan. También supone un elemento sorprendente la poca variación de las primeras recomendaciones dietéticas con respecto a las actuales en referencia al reparto ideal de principios inmediatos (hidratos de carbono, grasas y proteínas). Al mismo tiempo, y tal y como sucede en nuestro tiempo, se puede constatar que la determinación de las necesidades óptimas de proteínas viene de largo y protagonizó acalorados debates —científicos y no— entre fisiólogos de la nutrición, clínicos, economistas y otros profesionales con interés en las cuestiones nutricionales. Esto es especialmente remarcable porque, hoy en día, la mayor parte de los regímenes adelgazantes populares atribuyen a las proteínas un papel destacado con la consiguiente crispación entre quienes proponen el sistema «milagroso» y la clase sanitaria.

Más allá de las perspectivas generales desde las que estudiar los distintos modelos de transición (demográfica, epidemiológica y nutricional), este volumen presta una especial atención a cómo estos procesos transicionales tuvieron lugar en España, y también a la forma y a los plazos que afectaron a la ciudadanía española en virtud de sus particulares circunstancias. En este sentido la población española ha tardado en dar muestra del efecto de la transición nutricional, pero cuando lo ha hecho, los resultados han sido espectaculares. La talla media de los españoles entre las décadas de los años 50 y 80 del siglo XX ha presentado las tasas más altas de crecimiento de su entorno y este hecho coincide con la velocidad de los cambios socioeconómicos y del proceso de modernización que afecta a la salud pública y recorre el país, a trompicones desde los años 20, y de forma continua desde mediados de siglo. De forma precisa es en esta época cuando dejando atrás las carestías alimenticias de la posguerra y su periodo autárquico se desarrolla en España

el concepto de Nutrición Comunitaria ligado al de Salud Pública con la puesta en marcha en 1961 del Programa de Educación en Alimentación y Nutrición (EDALNU) gracias a las ayudas de la FAO y de UNICEF. A pesar de coexistir algunas desigualdades socioeconómicas entre la población y sin desvirtuar el peso de estas en las diferencias que ya entonces afectaba sólo a un número reducido de familias, el reto estaba en educar a la población para que supiera qué alimentos debían adquirir con sus limitados recursos y cuáles eran útiles para una alimentación correcta. Al mismo tiempo, desde aquellos primeros años caracterizados por una bonanza alimentaria y también acompañados por la implementación de programas en educación sobre esta materia, se empezó a poner de relieve los riesgos de la transición nutricional (desde el «nada» o «muy poco» al prácticamente «todo»). Así, en los primeros años de las décadas de los años 60 y 70 coexistían dos problemas nutricionales característicos. Por un lado, los ligados a cuestiones carenciales y, por el otro, aquellos otros, novedosos en este caso, y vinculados al exceso y desequilibrio alimentario. Sirva como dato clarificador el conocer que entre 1965 y 1979 las calorías de la dieta media aumentaron un diez por ciento y el consumo de grasa un veinte por ciento (muchas de ellas saturadas) procedentes del consumo de productos cárnicos. Tal y como estaba sucediendo en otros países de su entorno más adelantados, la evolución del patrón de consumo de alimentos en España pasó de estar fundamentalmente basado en los cereales, legumbres, aceite de oliva, grasa de cerdo, patatas, frutas, hortalizas, pescados y huevos; hacia un aumento del consumo de carne, leche y lácteos, con un descenso importante del consumo de alimentos ricos en hidratos de carbono, grasas vegetales, cereales y patatas.

Sin embargo, este modelo de transición nutricional similar al de otros países no se acompañó, a diferencia de estos, de una elevación similar de las muertes por enfermedades cardiovasculares que es, a priori, uno de los resultados típicos del incremento dietético de las grasas de origen animal. Así pues, el modelo de transición nutricional español difiere del de sus vecinos y plantea la que se ha dado en denominar «paradoja española», que sugiere la hipótesis de que la menor incidencia de la enfermedad cardiovascular esté asociada a la confluencia sinérgica de factores de riesgo y protectores. Es decir, a la concurrencia de los elementos de riesgo (que en este caso estarían representados por el aumento en el consumo de las grasas de origen animal) junto con elementos protectores que, en este caso vendrían representados por los descriptores propios de la dieta mediterránea. En cualquier caso, el futuro no es especialmente halagüeño en este sentido; en la actualidad, España, al igual que sucede con otros países de influencia mediterránea, se aleja con pasos de gigante del patrón dietético y de estilo de vida característico de la dieta mediterránea mientras la «occidentalización dietética» (dicho este término en su más peyorativa acepción) gana adeptos, conquista espacios y deshace costumbres tradicionales. En este sentido, el presente libro pone de manifies-

to las primeras advertencias de las autoridades y profesionales sanitarios al respecto de los peligros de la sobrealimentación (obesidad, diabetes, etc.) que se mostraban, incipientes, en las primeras encuestas relativas al estado nutricional de la población española en la década de los años 60, aunque eso sí, en coexistencia con algunos déficits de aquellos sectores de la población más desfavorecidos. En todo caso, ya en aquella época se puso de relieve el valor de la educación en materia de nutrición alimentaria ya que, una vez superadas las restricciones debidas a la guerra y sus secuelas, los principales problemas vinculados a las carencias alimentarias entre las clases más desfavorecidas se debían más a un mal aprovechamiento de los recursos económicos que a una verdadera falta de recursos.

Esta revolución alimentaria fruto de la mejora de los procesos productivos y del avance científico obligó al mismo tiempo a la revisión o a la creación ex novo de una legislación alimentaria con una serie de tendencias bien marcadas, la estandarización de las distintas gamas de productos, y el etiquetado de los mismos. Los primeros pasos en este sentido estuvieron especialmente sesgados, por los intereses de los productores de materias primas y por los de los agentes encargados de la elaboración y comercialización del producto finalizado (evidentemente en su particular beneficio). Al margen quedaban las opiniones de higienistas y nutricionistas, y los intereses de los consumidores sobre la idoneidad de los productos tanto en sus aspectos nutricionales como en su palatabilidad respectivamente. Una política que hoy en día, y al menos de cara a la galería, ha cambiado sustancialmente. No obstante, y tal y como sucede en la actualidad, estas cuestiones relativas a la calidad de los alimentos en su más amplia perspectiva nacieron con el estigma del fraude alimentario, una especie de «tira y afloja» triangular entre los intereses de los productores, los nutricionistas y los consumidores.

En definitiva, este revelador volumen que ahora se reseña facilita el entendimiento de muchas de las circunstancias que ahora vivimos y que son fruto de la transición nutricional acontecida en el mundo moderno en los dos últimos siglos. Entre los legados de este proceso destacan en esencia dos elementos. El primero de ellos, el nacimiento del «nutricionismo» como ideología emergente a la estela de la nutrición como verdadera ciencia. La presunción principal del «nutricionismo» (término atribuido en primera instancia al sociólogo Gyorgy Scrinis) radica en que los alimentos se pueden descomponer en su totalidad en sus partes más pequeñas, los nutrientes, y que son estos, los nutrientes, lo realmente importante y esencial para un correcto mantenimiento de la salud. De esta forma la población general, persuadida por los mensajes publicitarios que ponen en valor aquellos primigenios descubrimientos de hace más de 100 años sobre las características de los nutrientes esenciales, legitima su compra cotidiana en virtud de la adquisición de un extra de salud. A pesar de ello, el ciudadano medio olvida con esta práctica que el contexto actual es completamente diferente. En aquellos años el pro-

blema era la escasez o la dificultad en el acceso a determinados productos y, en sentido contrario, hoy en día vivimos en una sobreabundancia alimentaria hasta ahora desconocida. El segundo de los elementos estriba en el destino final de esta transformación del estilo alimentario fruto de la transición nutricional que, acompañado de los cambios en el patrón de actividad física, está propiciando la incidencia de enfermedades que, si bien no son novedosas, sí son especialmente prevalentes en relación con épocas anteriores. Según la opinión de algunos expertos en la materia, estas nuevas situaciones propician el proceso de «coca-colonización» de nuestro estilo de vida, en clara referencia a lo que algunas marcas representan en el abandono de aquellas tradiciones dietético-vitales más recomendables y que han propiciado el auge de las enfermedades degenerativas «man-made» frente al retroceso de aquellas de origen infeccioso.

No deja de ser llamativo que, tomando como buena la década de 1970 como aquella en la que se completa totalmente la etapa transicional al superar los problemas asociados a la desnutrición, al mismo tiempo se empieza a constatar un nuevo panorama epidemiológico nutricional que hoy, lejos de haberlo solucionado, se ha agravado de forma importante. Resulta preocupante, insisto, el constatar cómo en los albores científicos de la nutrición se pudo vencer al Hambre en apenas 50 años y que, sin embargo, en nuestro tiempo, seamos incapaces ya no de solucionar este «nuevo» reto, sino incluso de no poderlo cambiar de sentido o no ponerle freno. ¿Deberán las generaciones venideras afrontar una «retransición» nutricional? Desde luego les hará falta.

JUAN REVENGA FRAUCA
Universidad San Jorge