

Congreso Internacional Multidisciplinario sobre Avances en Nutrición Ortomolecular, Mendoza, Argentina, abril del 2010.

Prefacio

La presente, es el resultado de la recopilación de un conjunto de reflexiones y conclusiones hechas a partir de las conferencias y seminarios, dictados en I Congreso Internacional Multidisciplinario sobre Avances en Nutrición Ortomolecular, realizado entre los días 27 a 29 de abril del 2010 en la ciudad de Mendoza, Argentina, con la presencia de destacados profesionales de la salud de todo el continente americano, entre otros, nutriólogos, médicos, biólogos, psicólogos, químicos, farmacéuticos, sociólogos, educadores y funcionarios públicos a cargo de ministerios de sanidad.

Con el objetivo central de lograr una nutrición óptima y como resultado, una salud óptima para todos, como antídoto para combatir las epidemias modernas de sobrepeso, obesidad y enfermedades crónico degenerativas no trasmisibles, con un consenso multidisciplinario, se obtuvieron las conclusiones expuestas a continuación, las cuales decidimos dar a conocer públicamente con el título de Carta de Mendoza, con la idea de convertirlas en una proclama y convocatoria para adoptar un nuevo paradigma y estrategia, para solucionar la problemática de salud que agobia al mundo y lo amenaza con fatales consecuencias.

La problemática

En este magno congreso se plantearon tesis innovadoras que recomendamos utilizar como reformadoras pautas y líneas de investigación científica, así como una renovada estrategia para solucionar las epidemias agobian al mundo "civilizado", mismas que también serán utilizadas como marco de referencia en nuestros próximos congresos y cursos, así como para la elaboración de artículos y libros que tenemos como proyecto, en los que se abordara en análisis de la problemática de la salud y la enfermedad moderna.

Obesidad como una inflamación sistémica, ocasionada por una carencia múltiple de nutrientes

Una de las principales tesis planteadas en este congreso, es la que **considera al sobrepeso, a la obesidad y a las enfermedades crónico degenerativas como un síndrome de tipo inflamatorio originado por una insuficiencia y/o carencia de diversos nutrientes esenciales**, combinada con una insuficiencia de diversos nutrientes no esenciales. **Bajo esta perspectiva, la obesidad y las enfermedades crónico degenerativas, serían causadas por un exceso de nutrientes energéticos químicamente alterados y artificialmente concentrados, en combinación con una deficiencia y/o carencia múltiple de nutrientes esenciales y no esenciales.**

Otra tesis importante, sostiene que los organismos vivos son incapaces de adaptarse a los alimentos artificiales, produciéndose un síndrome de inadaptación con diversas manifestaciones. La degradación de los alimentos y del medio ambiente, estaría generando a su vez una degradación física y mental con múltiples manifestaciones de sobrepeso, obesidad y diversas enfermedades crónico degenerativas. El impacto al que es sometido el hombre por los alimentos artificiales y por un medio ambiente químicamente alterado, lo estaría conduciendo a una situación generalizada de involución, de inviabilidad, y a su probable extinción. Los alimentos industrializados (elaborados por una parte con ingredientes refinados y por otra parte con ingredientes químicamente alterados), caracterizados por una elevada densidad energética con proporciones disminuidas y a veces nulificadas de micronutrientes, agregados además de aditivos químicos artificiales y tóxicos, serían así, la causa común, principal y subyacente al sobrepeso, la obesidad, y las enfermedades no trasmisibles epidémicas en la actualidad.

Como respuesta a este modelo de alimentación de escaso valor nutritivo, el cuerpo humano buscaría satisfacer sus necesidades de micronutrientes, **incrementando el hambre, el apetito y el deseo de comer cada vez una mayor cantidad de alimentos, como un impulso desesperado del cuerpo para obtener las vitaminas, minerales y oligoelementos insuficientes o carentes**, en los comestibles modernos. Además, el cuerpo, y en especial el tejido adiposo se hipertrofiaría, tal como sucede en algunas enfermedades carenciales como el bocio, trastorno en el que se hipertrofia la glándula tiroidea por carencia de yodo. En el caso de la obesidad, el tejido adiposo se hipertrofiaría por una deficiencia y/o insuficiencia múltiple de nutrientes esenciales (Dr. LuisSananes).

Por otra parte se planteó el fenómeno de la glucocilación no enzimática de proteínas originada por ya sea por un exceso de carbohidratos, o simplemente por los carbohidratos refinados y por los métodos modernos de industrialización y preparación de alimentos, como uno de los mecanismos químicos que junto con la oxidación, **alteran la señalización celular dando origen a que el sistema inmune, sea incapaz de reconocer ciertas estructuras celulares como propias, y sean atacadas por este, causando trastornos autoinmunitarios e inflamatorios** (Prof. Dr. José Nicolás Racca).

De tal manera que una combinación de diversos factores patológicos, entre los que destacarían, la insuficiencia de algunos nutrientes, la carencia de otros nutrientes, la presencia de moléculas artificiales, previamente inexistentes en la naturaleza, junto a una artificial y elevada densidad de carbohidratos, causantes de glucocilación no enzimática, así como por un exceso incontrolable de oxidación causada por los radicales libres, originarían glucocilación desordenada de proteínas, y lípidos, inflamación crónica, metilación alterada de los genes, y finalmente un patrón de expresión genética alterado y patológico, como factor tanto predisponente, como disparador de todo tipo de enfermedades crónico degenerativas (Miguel Leopoldo Alvarado, N.D.).

La solución

Hemos concluido que para combatir las epidemias de trastornos y enfermedades de la civilización moderna es imperativo incrementar la disponibilidad cotidiana para todo público, de nutrientes esenciales, accesorios y fitonutrientes, fibras dietarias, enzimas y coenzimas mediante una mejor alimentación, pero también de complementos nutritivos.

En los últimos años los conocimientos en los que se fundamentan las ciencias de la alimentación y de la nutrición humanas, han alcanzado un elevado grado de avance y perfeccionamiento que han hecho posible establecer de manera clara, precisa y contundente, una relación directa y proporcional entre una alimentación molecularmente correcta, un estado óptimo de nutrición, con un buen estado óptimo de salud, así como una relación inversamente proporcional con el sobrepeso, la obesidad y las enfermedades crónico-degenerativas.

Ahora sabemos que los casos de sobrepeso, obesidad y enfermedades no transmisibles, son abatibles hasta en un 95 % utilizando en una primera línea de acción, un modelo alimentario, en el que figuren exclusivamente, alimentos naturales, frescos, integrales, de preferencia orgánicos, con un elevado valor nutritivo, suprimiendo al mismo tiempo, los alimentos refinados, industrializados, y muy cocinados o fritos, de escaso o nulo valor nutritivo.

En segundo lugar, considerando que un importante porcentaje de personas, condicionados por su configuración genética e individualidad bioquímica, requieren para lograr una nutrición y una salud óptimas, cantidades extras de diversos nutrientes, es fundamental también, suministrar formulas personalizadas de complementos nutritivos, con la finalidad de satisfacer la demanda individualizada de nutrientes, fitoquímicos, y otras sustancias naturales que ofrecen protección adicional a la salud humana.

Conclusiones generales

La alimentación moderna compuesta de "comestibles artificiales" con características ajenas a la naturaleza, que se ha ido imponiendo a todas las poblaciones del mundo, substituyendo progresivamente a los alimentos naturales y las dietas autóctonas y tradicionales, desencadenan una serie de mecanismos y reacciones químicas, psicológicas y de comportamiento, que funcionan tanto como factores predisponentes pero también como factores disparadores y/o agravantes de la obesidad y de las enfermedades crónico-degenerativas. Los procedimientos modernos de producción de alimentos, el medio ambiente físico, químico y psicosocial, y los patrones de alimentación compuestos por los "productos comestibles artificiales" que ofrece la industria agroalimentaria; así como la conducta frente a los alimentos, condicionada en gran medida por las reacciones químicas adictivas que producen los "comestibles industrializados", y por los reflejos condicionados inducidos por la publicidad comercial y los mensajes subliminales de los medios masivos de comunicación, conforman un medio ambiente obesogénico, diabetogénico y en general patogénico que es la causa principal de las plagas modernas. Es por lo tanto indispensable modificar radicalmente los factores que figuran como parte de este medio ambiente bio, psico-social pantoténico, reiniciando un nuevo camino de retorno hacia la naturaleza, si deseamos de verdad tener éxito en el combate a las epidemias modernas. Solo así, lograremos finalmente el objetivo y la promesa de "Salud para todos en el siglo XXI" como ha sido planteado en el seno de la Organización Mundial de la Salud, después del estrepitoso fracaso de la meta del Siglo pasado: "Salud para todos en el año 2000".

Durante el congreso se sostuvo que aquí y ahora, se ha formado un parte aguas, una arista, como un punto de inflexión a partir del cual, nuestra visión sobre la salud y el combate a la obesidad y a la enfermedad moderna, cambiará radicalmente y para siempre, abriendo nuevos caminos de investigación, de estrategias de sanidad, y esperanza para la humanidad.

Proyectos hacia el futuro

Para dar continuidad a los trabajos planteamientos y conclusiones de este congreso, se tomaron los siguientes acuerdos:

Realizar una vez, cada año en la ciudad de Mendoza, Argentina, un evento similar al realizado en esta ocasión, que daría continuidad y seguimiento las tesis y planteamientos realizados. Este evento anual se llevará a cabo, con la coordinación del Dr. Luis Sananes, y el auspicio de la AHANAOA A. A. C., así como de las demás instituciones, asociaciones y universidades que se considere pertinente.

Realizar una vez cada dos años, el Congreso Mundial de la Asociación de Nutriología, Alternativa Ortomolecular y Antienvejecimiento, Asociación Civil. Realizándose el primero en el año 2012, en la República de Chile, bajo la presidencia y coordinación de la Lic. Nut. Nelba Villagrán, y la Lic. Nut. Rosa Juárez.

FIRMAN:

Miguel Leopoldo Alvarado, N. D. (Seattle, USA- México D.F. México)

Dr. Luis Sananes. (Mendoza, Argentina)

Prof. Dr. José Nicolás Racca. (Mendoza, Argentina)

Prof. Dr. Lucio F. Cicchitti. (Mendoza, Argentina)

Lic. Nut. Gisela Stuhldreher (Mendoza, Argentina)

Lic. Nut. Nelba Villagrán. (Santiago de Chile, Chile)

Lic. Nut. Rosa Juárez. (Arequipa, Perú)

Dr. Alberto Concolino. (Asunción, Paraguay)

Dra. Adriana López Castro (México)

Dr. Augusto Pazán (Ecuador)