



FOTO: El Caribe

NUTRICIÓN Y AFECTO ES SEGURIDAD

Si la vida en Colombia se comparara a una carrera de atletismo, podríamos decir que hay colombianos que arrancan desde la línea de partida, algunos cien metros adelante, otros cien metros atrás, pero la gran mayoría no puede inscribirse para participar. No tienen la oportunidad de competir porque carecen de nutrición y afecto desde el vientre materno, y durante toda su infancia y adolescencia.

La alimentación es la base definitiva del desarrollo físico y cognitivo. Sin embargo, la desnutrición y malnutrición son un problema de salud pública desatendido en nuestro país. **Según la encuesta nacional de situación nutricional (ENSIN), el 10,8% de los niños menores de cinco años sufre desnutrición crónica. La inseguridad alimentaria ha aumentado con más de 24.000 niños menores de cinco años que padecen desnutrición aguda, moderada o severa, un aumento del 14% de acuerdo con las últimas estadísticas regis-**

tradas entre el 2022 y el 2023.

Además de la desnutrición y el déficit de proteínas en la alimentación infantil que incapacita cerebros para siempre, tenemos un problema serio de malnutrición. El consumo de productos ultraprocesados ha desatado una epidemia de sobrepeso y obesidad en los niños, aumentando el riesgo de enfermedades crónicas como diabetes y patologías cardiovasculares. **Afirma UNICEF que más de 4 millones de niños menores de 5 años en América Latina y el Caribe tienen sobrepeso. Es más, casi 50 millones de niños y adolescentes entre los 5 y 19 años tienen exceso de peso. El sobrepeso y la obesidad le cuestan aproximadamente 2,4 billones por año al sistema de salud en Colombia.** La educación nutricional, regular la publicidad de ultraprocesados, aumentar la disponibilidad de alimentos naturales y saludables, deben ser prioridades en una política pública que revierta la fatal tendencia.

La salud mental y emocional de los niños depende también del grado de afecto recibido en sus hogares y comunidades. Las deficiencias de cariño y apoyo producen dificultades de autoestima, ansiedad y depresión. **En Colombia, la violencia contra los niños debe ser tratada como una epidemia. De acuerdo con el informe de la alianza por la niñez, 67% de los niños viven en la pobreza, condición que los hace más vulnerables a la violencia y al abuso. En 85 de cada 100 hogares, los niños son víctimas de castigos físicos o humillantes, lo que afecta para siempre su desarrollo psicológico y emocional.** En 2022, 6,321 niños fueron examinados por violencia intrafamiliar, casos en los que la gran mayoría de agresores son sus propios padres y padrastros. Sin afecto y protección familiar, la vida de los niños sufre consecuencias devastadoras porque destruye su capacidad para relacionarse y desarrollarse

a plenitud.

En un estudio reciente de Janet Currie y Erdal Tekin titulado “¿Does Child Abuse Cause Crime?” (¿El abuso infantil es causa de crimen?), se encontró que el maltrato infantil dobla la probabilidad de que un individuo se involucre en varios tipos de conducta delincuencial.

Una nueva política de seguridad integral requiere incluir la nutrición y el afecto infantil como la primera oportunidad universal que la sociedad debe garantizar. **Seguridad y oportunidades son dos caras de la misma moneda. Sin oportunidades, la seguridad nunca será sostenible. Sin seguridad, no es posible ofrecer oportunidades, sobre todo en lugares donde el Estado de derecho nunca ha tenido o perdió el control territorial.**



JUAN MANUEL GALÁN



www.galan.co



[juanmanuelgalan](https://juanmanuelgalan.com)



[juanmanuelgalanpachon](https://juanmanuelgalanpachon.com)