

La alimentación del escolar pobre en Quito

Se trata del estudio de un factor esencial en la vida del hombre y en el porvenir de la raza; se trata de investigar la alimentación que disfruta un escolar pobre en Quito.

Es una jornada científica y humanitaria que nos llevará a hogares infelices y nos mostrará con evidencia la tragedia de esas vidas miserables junto a las que se levanta, desafiante, la opulencia de muchos que agotan su existencia en el placer.

Se trata de realizar la encomiable labor que el distinguido catedrático señor doctor don Pablo Arturo Suárez, actual Decano de la Facultad de Medicina, ha venido desarrollando desde su profesorado de Higiene: contemplar muy de cerca las desventuradas circunstancias de un pueblo, vislumbrar los peligros, aún los más lejanos, investigar los remedios salvadores y vogar con entereza para su aplicación generosa; he ahí una noble misión y un patriótico anhelo.

Nosotros decididamente hemos emprendido el arduo trabajo que se nos encomendara, abrigando la esperanza de que nuestras investigaciones nos darán conclusiones verdaderas que pondrán en limpio el desastroso cuadro de la vida de esos niños desamparados de la fortuna, para que aquellos, que en sus manos pesa el oro y en su cerebro y corazón el porvenir de su patria, míren hacia abajo con humanitarios sentimientos y puedan tener la satisfacción de prodigar el bien.

Es necesario que después de haber realizado nuestra labor, dejemos una completa reseña del intenso trabajo desarrollado. Son doscientas observaciones las recogidas en las escuelas «El Cebollar», «La Merced», «Simón Bolívar», «Diez de Agosto», Mercedes Gonzales», «Isabel la Católica» y «Rosa Zárate» que legalizadas por los respectivos directores cons-

tan en los certificados adjuntos. Como síntesis de muchas vidas miserables presentamos un cuadro sinóptico explicativo de las conclusiones a que hemos llegado.

Iniciados gentilmente en la manera de hacer investigaciones por el profesor Auxiliar de Higiene señor doctor Luís A. Egüez, visitamos los diversos planteles de educación primaria ya citados anteriormente y tomamos doscientas observaciones en niños pobres: cien varones y cien mujeres, procediendo así: Pedímos al director o directora de la escuela un número determinado de niños de cada curso a una pieza que se nos ha proporcionado para el objeto. Entonces, muchas veces, hemos visto* aparecer rostros misteriosos, pálidos y demacrados, que llevan las huellas de la monotonía del dolor; caras ingenuas pero tristes; ojos marchitos, para la ilusión dormidos; cuerpos semidesnudos que se cubren con harapos y que acaricia el frío; pechos deprimidos donde apenas se adivina el latir de un corazón escaso de esperanza; pies descalzos que a cada paso sienten las asperezas de una vida infame; tímidos labios que se entreabren balbucientes para contarnos la pobreza ancestral de sus hogares, que no fingen, que no mienten, porque aún no conocen el orgullo ni la pretensión de quien no tiene nada; seres que sufren los tormentos de su estrechez económica y que más tarde, inculcando a la fatalidad, bajo el imperio del hambre, seguirán negros desvíos y serán las víctimas seguras en quienes la tuberculosis ín- cará sus garras con crueldad inaudita!

Cómo se llama Ud.?, preguntamos; N. N. nos responden.— Su edad?: tantos años. Medímos la longitud del niño y lo pesamos, todo lo vamos escribiendo en la respectiva observación.—Luego inquirimos sobre la alimentación y condiciones económicas en la siguiente forma: ¿Qué toma Ud. por desayuno? A esta pregunta vienen respuestas diferentes: unos niños toman humildemente todos los días en sus hogar o en la escuela una tacita de agua de canela y un pan de un «cuartillo»; otros lo hacen pasando un día; algunos toman una vez en la semana..... desayuno misérrimo con té o canela; muchos otros no toman desayuno

En las escuela «El Cebollar» el desayuno suministrado por la Sociedad «Hermano Miguel» consiste en doscientos gramos de leche.

Luego preguntamos sobre el almuerzo: como una sola vez al día, dicen muchos; otros, como se verá en las obser-

vacaciones, tienen raciones que parecen imposibles para conservar una vida; otros muchos se alimentan con lo que sacan sus mamás de las casas donde sirven de cocineras; alguna que otra muchacha, cuando no almuerza, recibe un cuarto de real o un medio con el que compra en una tienda pan, plátanos o algo parecido; algunos se quedan en la escuela porque no tienen que almorzar. Hay casos diferentes pero en todos siempre el fondo común es la miseria

Enseguida preguntamos detalladamente en que consiste la merienda y obtemos, como en el almuerzo, los mismos resultados desconsoladores. Algo más todavía, en ocasiones muchos escolares esperan su merienda hasta horas avanzadas de la tarde cuando llega su madre. Después viene la noche para todos: consuelo apetecido, licor sedante que cubre sus miserias con ensueños y que resta al espíritu muchas horas fatídicas y crueles.

Para llenar la columna referente a las condiciones económicas hemos preguntado sí tienen padre y madre y en qué trabajan, cuánto ganan, cuántos miembros son en la familia y sí existe algún hermano que ayude económicamente.

Muchos niños no han disfrutado de las caricias del autor de su existencia, porque se alejó cobarde de la mujer que un día, loca y ciegame, ofrendó su cariño en espera de una promesa que no se la cumplió: otros desventurados dan ese nombre al amante de su madre, generalmente brutal y aborrecido; otros tienen padre, lo conocen, pero no vive con la esposa ni protege a sus hijos sino que trabaja para una mujer extraña que usurpa el pan de ellos; otros son enfermos, imposibilitados o borrachos consuetudinarios a quienes mantiene la mujer; pocos son huérfanos y los demás tienen un padre cariñoso que trabaja incesantemente para el bienestar del hogar. Son artesanos, jornaleros o empleados de distinta naturaleza, muy pocos celadores o soldados. La mayoría ganan sueldos reducidos, fluctuantes entre veinte y ochenta sures mensuales.

En cuanto a las madres, el amor es siempre grande y causa de los mayores sacrificios, todas se preocupan por dar un mendrugo de pan a sus hijos, trabajan como cocineras, lavanderas, en fábricas, etc., aunque ganen una pequeñez. Algunas no tienen ayuda del marido y la han buscado en un amante; otras, en la sombra, qué oficio tienen?

Las familias se componen generalmente de cuatro o seis personas y, por lo regular, los hermanos que han adquirido un oficio o empleo, se separan de la casa y no prestan apoyo o lo hacen en muy pequeña proporción; las hermanas son, en cambio, de mejores sentimientos, apoyan a su familia y no desamparan el hogar.

Absortos hemos contemplado algunos casos extremos de indigencia, vidas que se tocan con la muerte, raciones alimenticias que son un sarcasmo para nuestros ricos, niños que apenas tienen el cariño de una madre que pobremente les da por desayuno una tasa de agua de panela con un poco de harina de cebada; ella va en busca de un pedazo de pan que a veces no lo encuentra; ellos se dirigen a la escuela, han terminado las clases, avisa la campana que es hora de volver a los hogares, todos desfilan alegres y contentos en busca de alimento, mas, ellos, tristemente se quedan en la escuela porque saben que su hogar está frío, que su madre está ausente, que nada les espera y prefieren masticar a solas su dolor y beber su miseria. Esta es la realidad. Comenzaron las clases nuevamente; allí los vemos a esos pobres niños, roídas por el hambre las entrañas, agobiados por todo su infortunio, que escuchan y no entienden, que no pueden realizar ningún esfuerzo; no es suya la culpa y, sin embargo, hacia ellos se encamina el reproche de todos los demás

Terminadas las doscientas observaciones procedimos a hacer un cuadro consignando todos los platos del menú de los niños, todo alimento que se nos había dicho, y con este cuadro nos dirigimos a una casa de pobres donde, mediante largas explicaciones, conseguimos que una madre que preparaba el almuerzo para cinco miembros de familia nos mostrara materialmente cuánto de cada sustancia ponía para elaborar su menú; con una balanza que llevamos para el caso pesamos todo, de manera que dividiendo por cinco nos diera la composición del plato en estudio y, así, de esta manera, interrogamos para saber la composición en peso de todas las viandas. Luego fuimos a dos casas más de pobres donde había escolares, usamos el mismo procedimiento y sacamos en conclusión que muy aproximadamente sabíamos el término medio de las diferentes sustancias que tiene un plato determinado. Otros alimentos como panes de diversos valores tuvimos que pesarlos.

Realizado este trabajo hicimos un cuadro en el que constaban todas las viandas y demás alimentos con las sustancias

de que se componen expresadas en peso, después investigamos sus valores en albumínoídes, hidratos de carbono, grasas y calculamos el total de calorías formando así un cuadro Standar. Sí este trabajo fue complicado por ser numerosos los alimentos y viandas en que debíamos determinar sus equivalentes en hidratos de carbono, albumínoídes, grasas y total de calorías, no fue tan largo y laborioso como el que vendría después al determinar en doscientas observaciones separadamente el valor alimenticio de las diversas sustancias que componen el desayuno, almuerzo y merienda de cada niño, para después sumar los diversos resultados y obtener la cantidad de albumínoídes, hidratos de carbono, grasas y total de calorías de la alimentación diaria de un niño en cada una de las doscientas observaciones.

Estudiando estos resultados comprobamos que el número de calorías que consumía un escolar diariamente fluctuaba entre menos de quinientas calorías sin llegar a cuatrocientas y entre más de dos mil sin llegar a dos mil quinientas. Resolvimos establecer cinco categorías en la alimentación según el número de calorías consumidas:

- A) Que comprende los casos en que se consumen menos de 500 calorías diarias.
- B) Que comprende los casos en que se consumen de 500 a 1.000 calorías diarias.
- C) Que comprende los casos en que se consumen de 1.000 a 1.500 calorías diarias.
- D) Que comprende los casos en que se consumen de 1.500 a 2.000 calorías diarias.
- E) Que comprende los casos en que se consumen más de 2.000 calorías diarias.

A continuación hicimos un cuadro en el que apuntamos los casos de la categoría A) con las cantidades de albumínoídes, hidratos de carbono, grasas y total de calorías, así como la edad, el peso y la talla para después sacar el promedio de todas estas cantidades. Cosa igual hicimos en las categorías B), C), D) y E); también investigamos el promedio del aprovechamiento escolar en las diferentes categorías. Como resultado de estas operaciones acompañamos el cuadro sinóptico que va a continuación:

CUADRO DEMOSTRATIVO de la alimentación del escolar pobre en Quito, del aprovechamiento, edad, peso y talla, según las siguientes categorías establecidas en 200 observaciones tomadas en escolares de ambos sexos:

- A) Los que consumen hasta 500 calorías por día;
 B) " " " desde 500 hasta 1.000 por día;
 C) " " " " 1.000 " 1.500 " "
 D) " " " " 1.500 " 2.000 " "
 E) " " " más de 2.000 calorías " "

CATEGORIAS SEGUN EL NUMERO DE CALORIAS CONSUMIDAS DIARIAMENTE	ALBUMINOIDES GRAMOS	HIDRATOS CARBONO GRAMOS	GRASAS GRAMOS	CALORIAS	APROVECHAMIENTO ESCOLAR				EDAD AÑOS MESES	PESO KILOS	TALLA METROS
					M. B.	B.	R*	M.			
CATEGORÍA A: 4 casos Hasta 500 calorías	12,10	77,76	10,95	429,45		1 25%	1 25%	2 50%	11	25,9	1,28
CATEGORÍA B: 45 casos Entre 500 y 1.000	23,17	148,33	14,95	798,85	7 n,2°/o	14 31,1%	19 42,2%	5 15,5%	10,2	25,6	1,25

Categoría C: 89 casos Entre 1.000 y 1.500	40,16	223,05	26,93	1.243,18	13 14,4%	31 34,4%	34 36,6%	11 12,67o	10,3	27,3	1,27
Categoría D: 47 casos Entre 1.500 y 2.000	52,08	288,20	36,79 *	1.898,44	9 19,2%	16 34,4%	18 38,2%	4 8,27o	10	25,9	1,27
Categoría E: 15 casos Más de 2.000	65,34	278,96	48,54	2.171,19	3 20%	5 33,3%	0 0,00s	1 6,77o	10,3	29,5	1,32
200 NIÑOS: 100 Varones 100 Mujeres.					16%	33,5%	39,57o	11%			

Carlos C. Vela V.

Federico Alvear Pérez

Quito, Julio 1º. de J 932.

Nos permitimos insertar el cuadro de H. Méry y J. Génévier que indica aproximadamente las cantidades de albumínoídes, hidratos de carbono, grasas y calorías que debe consumir un niño en estado fisiológico, únicamente para conservar la vida con salud y sin esfuerzos de ninguna clase, ni físicos ni morales, para que se mire el contraste con lo que pasa en nuestros escolares pobres.

Alimentación del niño en estado fisiológico

EDAD	Peso medio del cuerpo	CANTIDADES NECESARIAS POR DIA			Calorías por kgms.	Calorías por personas
		Albuminoides	Grasas	H. de C.		
4 años	kgms 15,5	58,9	46,5	1,55	84,5	1.309,75
6 »	18	55,8	39,6	1,80	74,2	1.375,6
10 »	26,1	65,21	47,76	2,34.9	61	1.587,1
14 »	40,5	81	40,5	3,03.75	48,3	1.956

CONCLUSIONES

PRIMERA

El 2°/o de niños pobres corresponden a la categoría A) de 11 años por término medio; consumen al rededor de 429.45 calorías, cantidad irrisoria para la vida fisiológica, mucho más para una vida activa de escolar; tengamos en cuenta que un niño de JO años según H. Méry y J. Génévier necesita para vivir con salud, sin desarrollar esfuerzos ni fatigas, consumir 1.587,1 calorías.

Debemos suponer, lógicamente, que estos niños, para aumentar esta ínfima ración alimenticia, tendrán que implorar caridad o recurrir a medios desconocidos por nosotros. El 50°/o de estos niños tienen un aprovechamiento escolar malo, el 25°/o regular y el 25% restante bueno. Ninguno tiene un aprovechamiento muy bueno.

SEGUNDA

El 22 y 7,2% corresponde a la categoría B), consumen por término medio 798.85 calorías, es decir, aproximadamente, la mitad de lo que un niño en estado fisiológico necesita; el 42% son regulares en el aprovechamiento, el 31,1% buenos, el 15,5% malos y el 11,2% muy buenos.

TERCERA

El 44,5% de niños pertenecen a la categoría C), consumen por término medio 1.243.18 calorías, cantidad que no iguala aún a la que se necesita en estado fisiológico. El 14.4% tiene aprovechamiento escolar muy bueno; el 34,4% bueno; el 36.6% regular y el 12.6% malo.

CUARTA

El 23,5% pertenecen a la categoría D), consumen al rededor de 1.698.44 calorías y son de 10 años, suma que apenas es mayor a la del estado fisiológico en niños de la misma edad. El aprovechamiento escolar mejora un tanto sobre la anterior categoría; 19,20% son muy buenos, 34,4% buenos, 38,2% regulares y 8,2% malos.

QUINTA

El 7,5% pertenecen a la categoría E) y consumen por término medio 2.171,19 calorías diarias, cifra que consideramos compatible con la vida escolar. El aprovechamiento ha mejorado ligeramente en relación con la anterior categoría; el 20 son muy buenos, el 33,3% son buenos, el 40% regulares y el 6,7% malos.

SIXTA

De una manera general el aprovechamiento escolar es regular en el promedio de 39,5% Y bueno en el de 35,5%, alcanzando sólo un 16% calificación de muy bueno y el 1% de malo. El mayor tanto por ciento de malos están en la categoría A) en la que no existe un alumno de calificación muy bueno; el mayor porcentaje de muy buenos está en la Categoría E).

SEPTIMA

No hay relación alguna entre la alimentación y la edad de los niños, pues se nota que dentro de una misma categoría hay niños que comen tanto o más que los mayores; lo mismo se observa en los términos medios de las diversas categorías: los de 11 años, categoría A) consumen 429,45 calorías y los de la E), de 10 años, consumen 2.171,19 calorías; cosa semejante pasa entre las categorías B) y D).

OCTAVA

La generalidad de los niños es de pequeña estatura; a los 10 años corresponde una talla media de 1 metro 27 cm. Los mejor alimentados son los más altos, son de categoría E) de 10 años, con 1 metro 32 cm. de estatura; los de la categoría A), de 11 años, y los peor nutridos, miden 1 metro 28 cm.

NOVENA

En la alimentación, en general, lo menos que se consume son las grasas, luego albumínoídes y predominan los hidratos de carbono. En los mejor nutridos, de la categoría E), los albumínoídes alcanzan la cifra de 65.34 en relación apenas con la cantidad que se debe consumir en estado fisiológico normal (65,31)

DÉCIMA

El 24% D de los niños pobres desayunan en la escuela, el 16% o no toman nada por desayuno y el 4%, comen una sola vez en el día

Ante conclusiones tan categóricas que ponen de manifiesto el hambre y la miseria de tantos niños desvalidos, que indica la degeneración de la raza, no es posible permanecer indiferentes y es preciso que el Estado dedique su atención a este punto de capital importancia que significa el Porvenir de la Patria; es preciso que por lo menos se establezca el desayuno escolar en todas los planteles de Enseñanza Primaria para pobres, a fin de que se mitigue un tanto la amargura de esas almas doloridas con cuerpos mal nutridos, que desde su infancia combaten solos en la lucha por la vida, sin un apoyo

ni una voz de aliento, sin más divisa que vencer o morir, triunfar o sucumbir en el camino torturoso de este mundo. Para ello es necesario, también, que en el conglomerado social se forme la conciencia de solidaridad humana, que se enarbole la bandera de la PAZ y la Fraternidad a cuya sombra se edificará el nuevo imperio de la Justicia

Quito julio 1º de 1932