Mes de abril, 2022

Boletín
Facultad de Medicina

22 de abril: Día de la Tierra

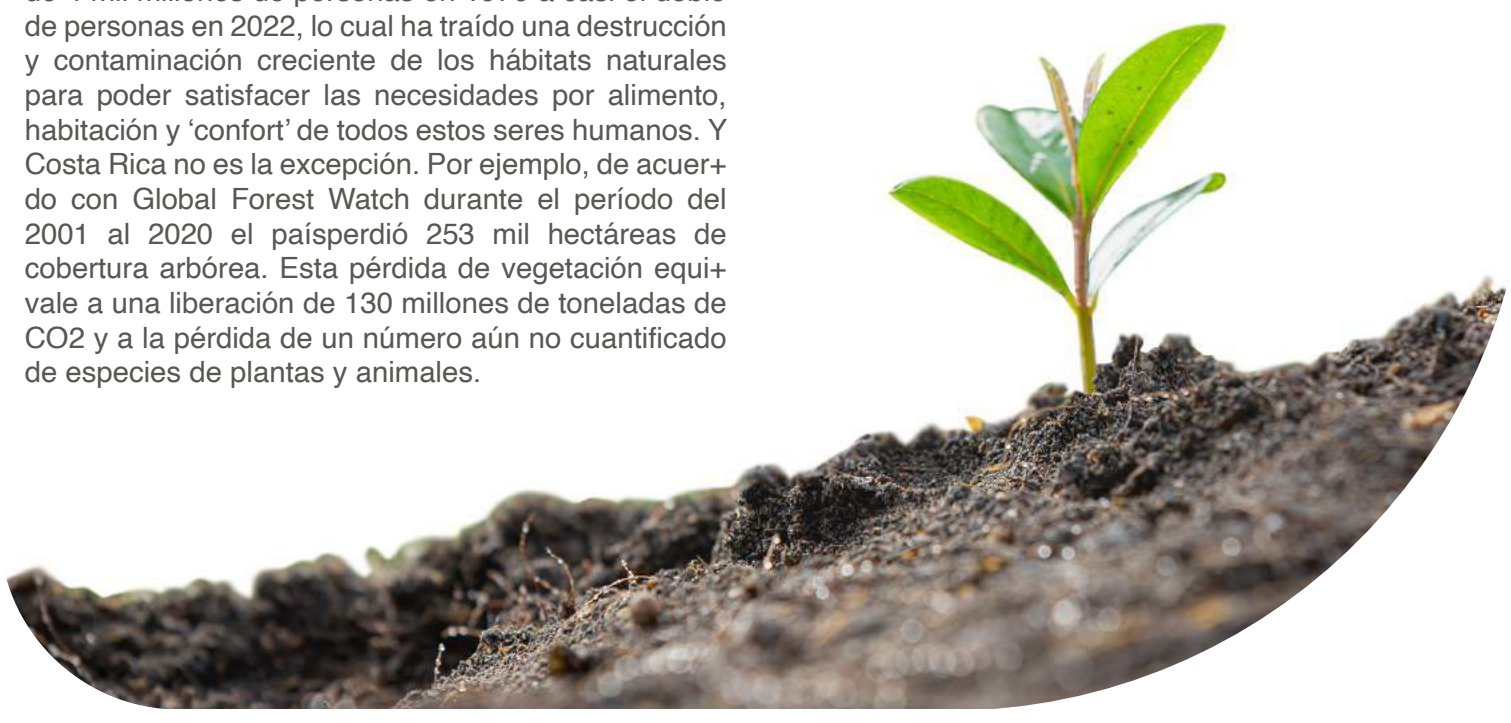
Coexistencia entre seres humanos y naturaleza: ¿Mito o realidad?

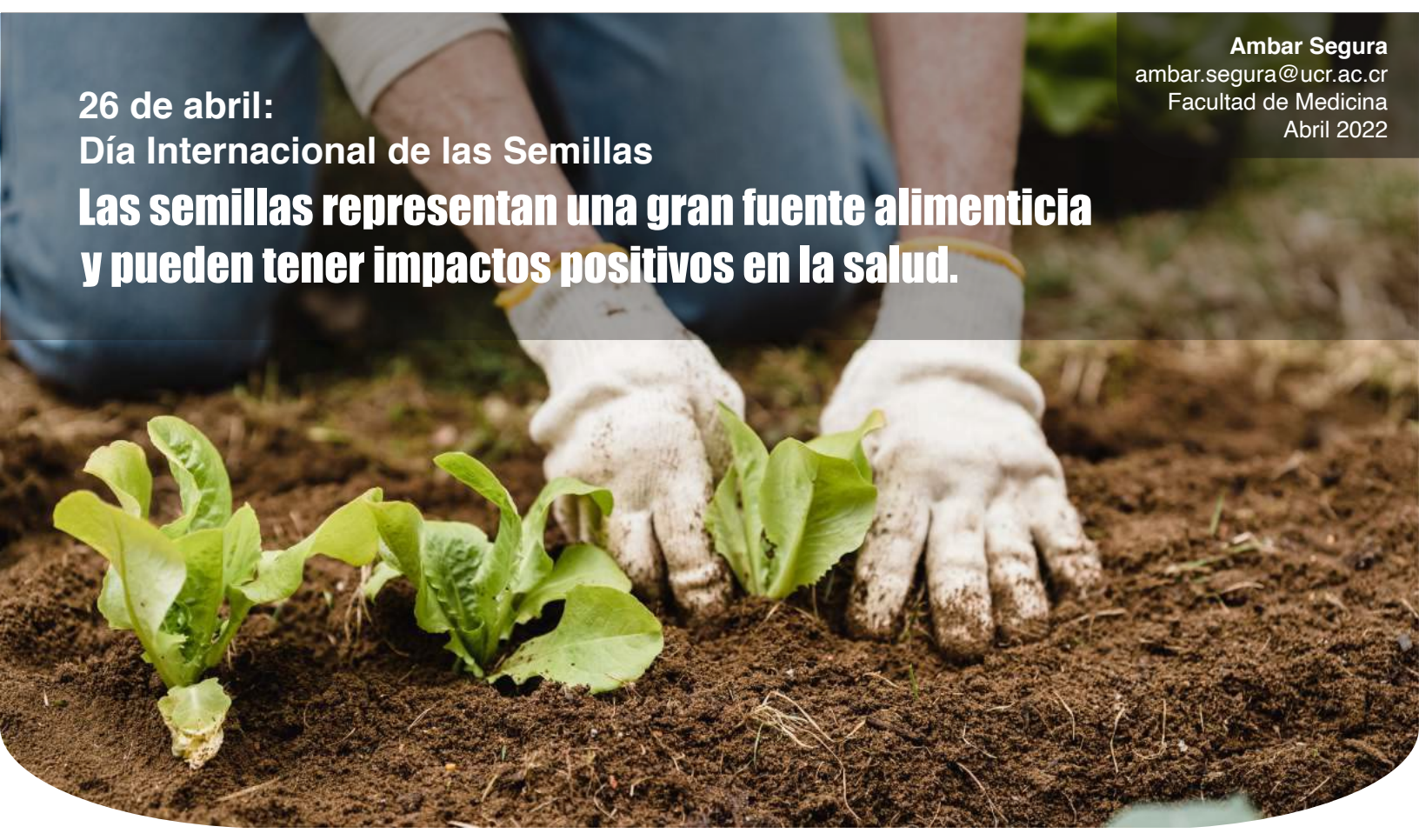
Dr. Óscar M. Chaves
Docente e investigador de la Escuela de Biología
& Laboratorio de Ensayos Biológicos,
Universidad de Costa Rica.
ochaba@gmail.com

Este año se cumplirán 53 años de la instauración del 'Día Internacional de la Tierra', una iniciativa propuesta por el senador estadounidense Gaylord Nelson en 1970. La misma pretendía crear una conciencia ambiental 'global' sobre las múltiples problemáticas ambientales que amenazan la sobrevivencia de las diferentes especies y ecosistemas del planeta, incluyendo el calentamiento global, la destrucción de los bosques, la contaminación y otras actividades humanas no sostenibles. Esta iniciativa fue bien acogida por la Organización de Naciones Unidas (ONU) ya que se consideró que ayudaría a fomentar interacciones más armoniosas entre seres humanos y la naturaleza, entre desarrollo económico y protección del medio ambiente. Y como fecha de conmemoración oficial se estableció el día 22 de abril. Sin embargo, la pandemia del COVID-19 ha puesto en evidencia que la humanidad aún está muy lejos de alcanzar la tan añorada 'coexistencia armoniosa' con la naturaleza.

El crecimiento de la población humana pasó de cerca de 4 mil millones de personas en 1970 a casi el doble de personas en 2022, lo cual ha traído una destrucción y contaminación creciente de los hábitats naturales para poder satisfacer las necesidades por alimento, habitación y 'confort' de todos estos seres humanos. Y Costa Rica no es la excepción. Por ejemplo, de acuerdo con Global Forest Watch durante el período del 2001 al 2020 el país perdió 253 mil hectáreas de cobertura arbórea. Esta pérdida de vegetación equivale a una liberación de 130 millones de toneladas de CO_2 y a la pérdida de un número aún no cuantificado de especies de plantas y animales.

La ignorancia y avaricia humana, aunadas al irrespeto casi completo por la naturaleza han colocado a las sociedades humanas en la cuerda floja, creando una crisis económica y social sin precedentes en la historia de la humanidad, un escenario 'preapocalíptico' del cual, apenas comenzamos a recuperarnos después de más de dos largos años de encerrona y aislamiento social forzado.Por eso hoy más que nunca es urgente que el mundo se una como un todo (principalmente las economías más pujantes y depredatorias) en torno a la problemática ambiental y replantee los modelos de desarrollo y estilos de vida que han imperado hasta ahora. La humanidad debe 'evolucionar' hacia modelos en donde la coexistencia humano-naturaleza sea una realidad y no sólo un mero lema publicitario. Sólo asumiendo compromisos internacionales serios sobre el tema será posible revertir, al menos en parte, el desequilibrio que las actividades humanas han ocasionado en la naturaleza y a la vez garantizar nuestra propia sobrevivencia como especie.





26 de abril: Día Internacional de las Semillas

Las semillas representan una gran fuente alimenticia y pueden tener impactos positivos en la salud.

Ambar Segura
ambar.segura@ucr.ac.cr
Facultad de Medicina
Abril 2022

Como una manera de oponerse a la celebración del Día de la Propiedad Intelectual, organizaciones alrededor del mundo eligieron el 26 de abril como el Día Internacional de las Semillas. La propiedad intelectual al ser aplicada a las semillas restringe los derechos de las personas y amenaza la biodiversidad. Para Patricia Sedó, profesora de la Escuela de Nutrición, las restricciones por propiedad intelectual y comercio de semillas han creado una gran preocupación alrededor de la poca variedad en la alimentación y su impacto en la nutrición de las familias y poblaciones.

Existen otros aspectos que están teniendo efectos negativos en la variedad alimentaria, tales como: dependencia de monocultivos, producción industrial, globalización alimentaria, urbanización y la manipulación inadecuada de los materiales genéticos, según Sedó.

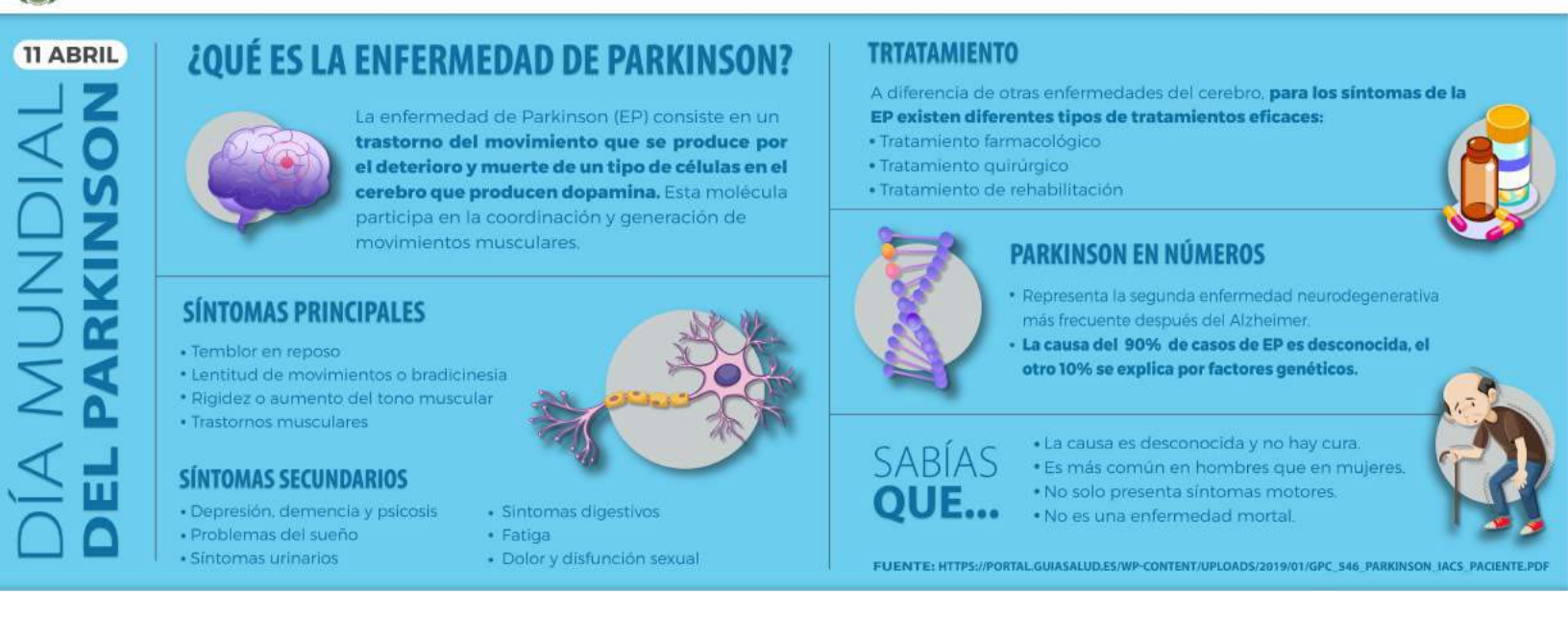
De acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y Agricultura (FAO), las semillas son la base principal para el sustento humano, ya que son consideradas fuente de vida.

"Las semillas como fuente alimentaria se caracterizan por su aporte en nutrientes esenciales, entre ellos ácidos grasos, proteínas, vitaminas y minerales, cuya composición varía según el tipo de alimento del que se trate", añadió Sedó.

A pesar de ser pequeñas, las semillas cuentan con excelentes propiedades que tienen efectos positivos en la salud. Cada semilla tiene cualidades diferentes, pero generalmente se caracterizan por aportar grandes cantidades de fibra -la cual contribuye a la salud intestinal-, grasas saludables y minerales que el cuerpo necesita.

Entre los beneficios más importantes que tienen las semillas en la salud se encuentran que: dan energía, combaten la inflamación, mejoran los niveles de colesterol, contienen antioxidantes, favorecen la piel, uñas y cabello, y contienen muchos aminoácidos.

A pesar de tener un gran potencial, de acuerdo con Sedó, las semillas son consideradas un producto de desecho. "Es importante señalar que actualmente son pocas las semillas que son aprovechadas ampliamente en la alimentación e inclusive, para muchas personas, son consideradas como un producto de desecho, tal como sucede con las semillas de las cucurbitáceas, entre ellas las de ayote y chiverre", explicó la profesora.



UNIVERSIDAD DE COSTA RICA
GALARDÓN AMBIENTAL UCR