

pediavoz

Boletín informativo de la Sociedad Colombiana de Pediatría

Febrero 2020

Junta Directiva Nacional 2020-2022



ÍNDICE

— ¿Tenemos un propósito de vida?	2
— Se posesiona la nueva Junta Directiva Nacional 2020-2022 de la SCP	3
— La Sociedad Colombiana de Pediatría se recertifica en la Norma ISO 9001:2015	4
— Se firma importante alianza con la Asociación Española de Pediatría	5

¿Tenemos un propósito de vida?

Los primeros meses del año, los iniciales, cuando estrenamos sueños, promesas, ilusiones, objetivos y retos, producto de la interiorización y del viaje profundo a nuestro interior, descubrimos lo que somos, queremos y nos define a nosotros mismos en relación con nuestro entorno.

Luego de este ejercicio, nos sentimos recargados para iniciar una nueva etapa, un nuevo periodo, otro

ciclo que se abre a la oportunidad de hacer varias y diferentes cosas, especialmente lo que nos apasiona. Para nosotros en la Sociedad Colombiana de Pediatría (SCP) y desde la mejor versión de nosotros mismos, seguir trabajando incansablemente por el bienestar y el desarrollo óptimo de la niñez colombiana y sus familias, respondiendo a sus necesidades.

Haciendo alusión a la reflexión de la Madre Teresa de Calcuta: "El que no vive para servir, no sirve para vivir", estoy convencida que a eso vinimos, a servir con alegría y amor, superando cada dificultad y aprendiendo de ellas, cada quien desde su lugar, desde donde esté, porque la vida y el mundo son cambiantes, permanecen en constante movimiento y nosotros fluimos igual; nada sucede por casualidad, todo tiene un momento y un para qué. La vida tiene el sentido que le demos, sirvamos más y juzguemos menos, y que la gratitud sea una constante que nos retroalimente con Paz y amor.

Surgen varios interrogantes: ¿qué es lo que quiero que pase?, ¿qué puedo hacer yo para lograrlo, como profesional de la salud y como médico especialista de niños?, ¿qué estoy haciendo? y ¿qué estamos haciendo como gremio?

Deseo que sus propósitos se estén cumpliendo y estén dejando huellas profundas, que por el empeño y amor con que las estás creando, perduren a través del tiempo y sean su legado para las generaciones futuras.

La Sociedad Colombiana de Pediatría reafirma su compromiso con la infancia y los pediatras del país, y es consciente de la responsabilidad

social que le asiste, por lo cual seguirá trabajando y brindando las mejores herramientas a su alcance para contribuir a la atención de sus necesidades. Estamos convencidos que a través de la educación médica, la cual realizamos de forma virtual con el objetivo de facilitar y masificar su aprovechamiento al llegar a diferentes rincones del país en beneficio de todos, y también de forma presencial con nuestros congresos, espacios donde celebramos la academia y la amistad, son una combinación maravillosa y estamos aportando a lograr esa infancia y adolescencia feliz y plena de derechos que todos queremos y soñamos.

Tenemos que avanzar, ir más allá del conocimiento, necesitamos sabiduría para aplicar correctamente ese conocimiento y así pasar a la acción, y generar acciones concretas que impacten positivamente en las condiciones de salud física, psicológica, social, ambiental y espiritual de los que lo requieren, especialmente a nuestro foco de atención, la niñez colombiana, sus familias, y el pediatra.

Esto sólo lo lograremos si lo sentimos profundamente en nuestro ser y así en ese momento estaremos expresando la verdadera sabiduría.

Marcela Fama Pereira

Presidente

Sociedad Colombiana de Pediatría

SOCIEDAD COLOMBIANA DE PEDIATRÍA

Junta Directiva Nacional 2020-2022

Presidente

Dra. Marcela Fama Pereira

Vicepresidente

Dr. Mauricio Guerrero Román

Secretaria

Dra. Ángela Giraldo Mejía

Fiscal

Dra. Eliana Zemanate Zúñiga

Vocales

Dra. Iliana Curiel Arismendy

Dr. Luis Abello Gámez

Dra. Doris Toro Soto

Dra. Julietha Castro Gaona

Dr. Iván Villalobos Cano

Dr. Blair Ortiz Giraldo

Dr. Alberto Esmeral Ojeda

Rpte. Capítulos

Dr. Jürg Niederbacher Velásquez

Presidente anterior

Dr. Nicolás Ramos Rodríguez

Directora Ejecutiva

Gloria Zuccardi

Subdirector de Publicaciones y Programas Académicos

Óscar Ruiz

Coordinador de Publicaciones

Iván Pinzón Sierra

Sociedad Colombiana de Pediatría

Calle 83 No. 16A-44 Of. 701, Bogotá

Tels: (1) 6495352 - 7464706/07

Correo electrónico: info@scp.com.co

Corrección de estilo

Edwin Daniel Algarra Suárez

Diseño gráfico

Andrea Blanco

Impresión

Panamericana Formas e Impresos S.A., quien sólo actúa como impresor



Se posesiona la nueva Junta Directiva 2020-2022 de la SCP



Iniciamos una nueva década con ilusiones y nuevos proyectos. En el Club El Nogal de la capital de la República se posesionó la nueva Junta Directiva Nacional de la Sociedad Colombiana de Pediatría (SCP), en la que fue reelegida la Dra. Marcela Fama Pereira, actual Presidente de nuestra agremiación, iniciando así su segundo periodo en este importante cargo para el periodo 2020-2022.

Como parte de su discurso de posesión, la Dra. Marcela Fama Pereira afirmó que “la niñez es esa etapa determinante de la vida que merece todo nuestro esfuerzo y atención; reitero mi compromiso desde la dignidad que me ha sido otorgada para velar por el cumplimiento de sus derechos y el mejoramiento de su calidad de vida”. Además, resaltó su primer periodo en la SCP como uno lleno de vivencias y experiencias que marcaron el inicio del camino para el segundo, no sin antes resaltar algunos de los logros que se han alcanzado, en compañía de la Junta Directiva saliente, los expresidentes, asesores, comités y, por supuesto, del equipo administrativo en cabeza de Gloria Zuccardi.

Como es costumbre, esta posesión se llevó a cabo en una ceremonia en la que se reafirmó el compromiso y el propósito de trabajar en equipo por nuestra Asociación, priorizando el bienestar integral de los niños, niñas y adolescentes colombianos. Cabe resaltar que nuestra Junta Directiva Nacional está conformada por pediatras y subespecialistas de diferentes regiones del país, quienes fueron elegidos por votación en la pasada Asamblea General de Delegados realizada en Medellín, en el marco del 31° Congreso Colombiano de Pediatría.

Cada uno de los nuevos dignatarios que estarán al frente de tan importante labor en la SCP tomó juramento

en medio de la ceremonia y, a su vez, todos ellos adoptaron el papel de veedores regionales, para propender por el desarrollo de nuestra infancia y adolescencia en cada rincón del país.

Así quedó conformado este grupo:

Junta Directiva Nacional 2020 - 2022

Nombre	Cargo
Dra. Marcela Fama Pereira	Presidente
Dr. Mauricio Guerrero Román	Vicepresidente
Dra. Ángela María Giraldo	Secretaria
Dra. Iliana Curiel Arismendy Dr. Luis Abello Gámez Dra. Doris Toro Soto Dra. Julietha Castro Gaona Dr. Iván Villalobos Cano Dr. Blair Ortiz Giraldo Dr. Alberto Esmeral Ojeda	Vocales
Dr. Jürg Niederbacher Velásquez	Vocal Representante de Capítulos
Dra. Eliana Zemanate Zúñiga	Fiscal
Dr. Nicolás Ramos Rodríguez	Expresidente 2014 - 2018



La calidad sigue siendo nuestro compromiso

La Sociedad Colombiana de Pediatría se recertifica en la Norma ISO 9001:2015

El 2019 fue un año de entrega, dedicación y compromiso, además del trabajo en equipo por nuestra infancia y adolescencia y sus familias, en compañía de pediatras, aliados, clientes y proveedores. Por esta razón, la Sociedad Colombiana de Pediatría (SCP) continúa en el camino de la calidad y se recertificó en la Norma ISO 9001:2015, una norma internacional que toma en cuenta cada uno de los procesos que adelanta una organización a través de su Sistema de Gestión de Calidad (SGC).

Esta norma se concentra en la satisfacción del cliente y en la capacidad de proveer productos y servicios que cumplan con las exigencias internas y externas de la organización. Hoy por hoy, la Norma ISO 9001 es la de mayor renombre y la más utilizada alrededor del mundo (más de un millón de organizaciones en el mundo están certificadas con la ISO 9001, según ISO —www.iso.org—).

“A nosotros nos llena de orgullo entregar año tras año productos y servicios de calidad, desde nuestros eventos, publicaciones, cursos y diplomados, entre otras iniciativas que actualizan a los pediatras y que se construyen en pro del bienestar de nuestra infancia y adolescencia, porque todo es por y para ellos”, afirma Gloria Zuccardi, Directora Ejecutiva de la SCP.

El ente certificador fue Bureau Veritas S. A., una organización que nos entregó en el 2016 la certificación de

la Norma ISO 9001:2008, convirtiéndose en la primera obtenida por la SCP en este camino hacia el factor de calidad en sus procesos. Cabe resaltar que la SCP cuenta con tres procesos misionales que son el eje de la labor de nuestra asociación científica en esta implementación: Gestión de Publicaciones, Gestión de Eventos y Gestión del Programa de Recertificación Voluntaria en Pediatría (PRECEP).

ISO 9001:2008
ISO 9001:2015
BUREAU VERITAS
Certification



INSCRIPCIONES ABIERTAS



Diplomado de
**Actualización
en Pediatría para
Pediatras y Residentes**

100% virtual

25 conferencistas
(especialistas y subespecialistas)

Inicia: Marzo de 2020

**Descuento especial para
residentes y pediatras
miembros SCP.**

Más en www.scpaulavirtual.com

Se firma importante alianza con la Asociación Española de Pediatría



Cabe resaltar que la firma de este convenio fortalece al VII Simposio Internacional de Actualización en Pediatría, que se llevará a cabo en Cartagena, del 2 al 4 de julio de 2020, en el Centro de Convenciones. La AEP participará en su papel de aliado académico con la presencia de siete conferencistas en temas de interés para la especialidad y subespecialidades.

Esta firma se llevó a cabo en Madrid, España, en un encuentro entre la doctora Marcela Fama, presidente de la Sociedad Colombiana de Pediatría; Gloria Zuccardi, directora ejecutiva de la SCP; María José Mellado, presidente de la AEP; Begoña García Sarasa, Gerente de la AEP, y en presencia de otros miembros directivos de la asociación. Esta alianza no solo redundará en los beneficios para el gran evento de la SCP este año, sino en diferentes iniciativas para los pediatras y residentes de pediatría de nuestro país.

La Sociedad Colombiana de Pediatría (SCP) reconoce la importancia de las alianzas estratégicas entre organizaciones como un mecanismo para potencializar el logro de objetivos comunes, aprovechando al máximo las oportunidades y fortalezas institucionales; en este orden de ideas, se estrechan lazos con la Asociación Española de Pediatría (AEP), a través de la firma conjunta de un convenio que convierte a la AEP en uno de los principales aliados académicos internacionales de la SCP.

La AEP es una de las principales sociedades científicas europeas, que actualmente reúne a más de 14.000 médicos pediatras, en 14 sociedades regionales y 23 asociaciones de especialidades pediátricas, lo que fortalece los objetivos de ambas entidades para trabajar por la actualización académica y para el bienestar de los niños, niñas y adolescentes.



CLASIFICACIÓN DE LOS CARBOHIDRATOS SEGÚN SUS EFECTOS FISIOLÓGICOS.

María Clara Obregón

Nutricionista, Magister en Nutrición Humana. INTA Universidad de Chile.



Se han realizado diferentes clasificaciones de los carbohidratos según sus efectos fisiológicos. Expertos de la FAO y la OMS han recomendado utilizar el concepto de carbohidratos glucémicos cuya definición es la de "proporcionar hidratos de carbono para el metabolismo", es decir, aquellos que se digieren y absorben en el intestino delgado con lo cual aumentan los niveles de glucosa en la sangre, como lo son los cereales, las legumbres, frutas, verduras los cuales proporcionan además micronutrientes (vitaminas y minerales), así como disacáridos y oligosacáridos (2). Los otros hidratos de carbono se agrupan en una amplia denominación conocida como fibra no produce respuesta glicémica por parte del organismo tras su consumo (1).

Los componentes del grupo de carbohidratos denominado fibra alimentaria poseen diferentes propiedades funcionales siendo algunas de ellas el ser sustrato de las bacterias intestinales, moderar la digestión y absorción de los nutrientes y aumentar la masa fecal (1).

Cabe destacar que esta clasificación no tiene en cuenta un aspecto muy importante y es la velocidad de digestión, ya que unos se digieren y absorben más rápidamente que otros (1). La velocidad de digestión y absorción de los carbohidratos está influida por factores gastrointestinales como el vaciamiento gástrico y el tránsito intestinal, los cuales a su vez dependen de los compuestos de la matriz alimentaria consumida, la cantidad de sólidos disueltos y el tamaño de las partículas del alimento (1). Por tanto, después del consumo de alimentos con hidratos de carbono, los monosacáridos que los constituyen y que pueden llegar a ser absorbidos son los que aumentan el nivel de glucosa en la sangre.

ÍNDICE GLICÉMICO (IG):

El aumento en el nivel de glucosa en sangre causado por los alimentos que contienen hidratos de carbono disponible se denomina respuesta glicémica y con ella se ha construido un índice que refleja la elevación en la glucosa sanguínea tras su consumo, (expresado como un porcentaje de la respuesta a la misma cantidad de carbohidratos de un alimento de referencia), permitiendo clasificar los alimentos según su potencial para aumentar la concentración de glucosa en la sangre en un periodo de tiempo (1). El alimento de referencia al que se le asigna un índice glicémico de 100 es 50 g de glucosa. Por tanto es una clasificación, basada en una respuesta postprandial de glucosa tras la ingestión de carbohidratos (2,3).

La primera publicación de las tablas del Índice Glicémico (IG), se publicó en 1995, con 565 alimentos; en 2008 la edición duplicó los datos contenidos. La mayoría de las variedades de legumbres, pasta, frutas y productos lácteos continúan clasificados con un IG bajo (55 o menos en la escala de referencia); panes, cereales para el desayuno, arroz, productos snacks incluyendo los de tipo cereal entero que se encuentran clasificados tanto en alto IG (70 o más) como en bajo IG debido a las diferentes variedades; la mayoría de las papas y el arroz poseen alto IG aunque algunas variedades con bajo IG se han encontrado (2,3).



CARGA GLICÉMICA (GL):

La Carga Glicémica es un concepto incorporado luego de conocer los efectos glicémicos por porción de comida. La GL de un alimento es el producto de la cantidad disponible de carbohidrato en esa porción de comida por el índice glicémico (IG) de ella, el cual es calculado al dividirlo por 100 dando una respuesta más real de la glucosa postprandial (3).

Los valores para el IG y la GL han sido clasificados en categorías como alto, medio o bajo para una mayor facilidad de uso:

Índice Glicémico (IG)	Valores de Clasificación	Carga Glicémica (GL)
Bajo	≤ 55	≤ 10
Medio	56 – 69	11- 19
Alto	≥ 70	≥ 20

Valores de Índice Glicémico (IG) y Carga Glicémica (GL) de algunas porciones de comidas (3).

	Porciones pequeñas	Porciones medianas	Porciones grandes
Arroz IG (69)	g: 103 Total gramos de CHO: 26.3 GL: 18.1	g: 206 Total gramos de CHO: 52.6 GL: 36.6	g: 360 Total gramos de CHO: 92.05 GL: 63.5
Pasta IG (46)	g: 140 Total gramos de CHO: 25.5 GL: 12	g: 275 Total gramos de CHO: 51 GL: 23.5	g: 400 Total gramos de CHO: 76.5 GL: 35.2
Legumbres (38)	g: 160 Total gramos de CHO: 24.4 GL: 9.3	g: 280 Total gramos de CHO: 48.8 GL: 18.5	g: 400 Total gramos de CHO: 61 GL: 23.2

Alimentos con un alto índice glicémico, se digieren y absorben de manera más rápida causando una mayor fluctuación en los niveles de glucosa sanguínea por carbohidrato, que los alimentos con IG bajo. Estudios han demostrado que los almidones y su procesamiento ya sea industrial o culinario, tiene diferente efecto sobre la glucosa postprandial y respuesta a la insulina dependiendo de la velocidad de digestión y de la presencia o no de diabetes (3). El IG por tanto, es un buen resultado o resumen de la glicemia postprandial esperada. Alimentos con un alto índice glicémico, se digieren y absorben de manera más rápida causando una mayor fluctuación en los niveles de glucosa sanguínea, que los alimentos con IG bajo. Estudios han demostrado que los almidones y su procesamiento ya sea industrial o culinario, tiene diferente efecto sobre la glucosa postprandial y respuesta a la insulina dependiendo de la velocidad de digestión y de la presencia o no de diabetes (3). El IG por tanto, es un buen resultado o resumen de la glicemia postprandial esperada.

Los azúcares también tienen diferente índice glicémico explicado por su composición química, así, la maltosa tiene un índice cercano de 100, mientras la sacarosa al ser una unión de glucosa y fructosa tiene un índice glicémico de 87 y el de la fructosa es de 32, lo que se explica por la conversión parcial de fructosa en glucosa (1). Actualmente las lista del IG de los alimentos se obtiene utilizando tanto la glucosa como el pan como alimentos de referencia, cuando se utiliza el pan como referencia se debe multiplicar por 0.7 para obtener el valor del IG del alimento utilizando la glucosa como referencia (5). Por gramo de carbohidrato, alimentos con un alto índice glicémico (IG), produce un pico más alto de glucosa postprandial, así como una mayor respuesta de glucosa las dos horas siguientes a su consumo (3).



CONCLUSIONES:

Es importante conocer la composición de los carbohidratos para entender su utilización y efecto en el cuerpo humano.

Además de la cantidad y la digestibilidad de los almidones y la cantidad de azúcares en una comida, la presencia de proteínas y grasas, la cantidad de fibra y el tipo de cocción influyen en la respuesta glicémica del alimento, ya que algunos almidones al ser cocinados poseen una respuesta similar a la glucosa ya que se digieren y absorben rápidamente.

A pesar de encontrarse datos variables en el Índice Glicémico, (IG), este es un indicador de importancia en la prevención de enfermedades crónicas como la diabetes.

Es importante dar preferencia al consumo de porciones pequeñas en las comidas, ya que estas aportan una menor carga glicémica.

Al consumir los alimentos normalmente no se puede medir por separado el efecto de los macronutrientes, proteínas, grasas y carbohidratos, sin embargo, estudios han demostrado una correlación inversa entre índice glicémico y consumo de proteínas y grasas, se sabe que las grasas disminuyen el vaciamiento gástrico y las proteínas estimulan la secreción de insulina, pero la razón no es clara. (5)

BIBLIOGRAFÍA

1. ILSI, A. D. E., & Europe, I. (n.d.). ILSI EUROPE CONCISE MONOGRAPH SERIES HIDRATOS DE CARBONO: ASPECTOS.
2. FAO Food and Nutrition. Report of a Joint FAO/WHO Expert Consultation, Rome 14-8 April 1997. Cap 1. The Rôle of carbohydrates in nutrition.
3. García Caballero, M., (Ed). (2010). Diabetes Surgery. Madrid, España : Mc Graw Hill/ Interamericana de España, S.L.

