

8 DE MARZO

MÁS QUE FLORES Y FELICITACIONES

Por : Licda. Jeannette Zuñiga Quesada
Directora de Escuela de Nutrición.
UCIMED.

La carrera de nutrición se ha caracterizado porque la mayor parte de los estudiantes pertenecen al género femenino. Algo que no es poco frecuente en las carreras de ciencias de la salud.

Es difícil identificar las razones por las cuales se da esta realidad, sin embargo, creo que en cierta medida influye el papel tradicional de la mujer en la alimentación de la humanidad. En la edad prehistórica, ella tenía un papel predominantemente de recolectora y por tanto incidía en la alimentación de su familia.

Conforme avanzan los tiempos, su papel de madre y cuidadora del hogar se va ampliando y surge la mujer que también es parte de la fuerza laboral. Es aquí donde nos atrevemos a decir que hubo cambios significativos, pues las labores de selección, compra y preparación de la comida quedan en manos de otra mujer, que no es parte del entorno familiar y que realiza estas actividades desde sus propios gustos y preferencias.

Es frecuente que la mujer no solo ejerza su papel de trabajadora fuera del hogar, sino que además llega a completar las tareas de la casa, lo que implica una menor dedicación a la elaboración de alimentos.

Es preciso destacar el rol de muchas mujeres en la lucha por encontrar una participación igualitaria en la sociedad, en donde sus derechos y posibilidades de crecimiento

personal y profesional se respeten y se le permita un desarrollo íntegro.

Las mujeres que deciden tener una carrera universitaria, enfrentan muchos retos: ser buena profesional, tener un desarrollo personal y a la vez el propiciar entre su familia buenos hábitos de alimentación y de vida.

Quiero aprovechar que el 8 de marzo se celebró el Día Internacional de La Mujer, para recordar a las nutricionistas mujeres que nuestro trabajo puede ser agotador, pero que nuestra capacidad laboral, nuestra visión de la vida, nuestra determinación y hasta nuestra sensibilidad, nos permitirán realizar uno de nuestras funciones más importantes: colaborar con la salud integral de la población.

Los nutricionistas debemos tener un panorama amplio de la realidad nacional; son fundamentales los conocimientos y la aplicación de la educación. También se requiere esa sensibilidad para abordar las problemáticas sociales con creatividad y desarrollar las dotes del líder. La organización y la planificación son esenciales para un buen desempeño profesional. Nuestro quehacer va más allá de ayudar a los demás a perder peso. Nuestro aporte en las diferentes instituciones y empresas es determinante, pero debemos hacerlo sentir.

Podría utilizar este espacio para dar recomendaciones nutricionales para la salud de las mujeres, pero quiero aprovechar para rendir homenaje a las mujeres que a lo largo de la historia han tenido el coraje de pelear por sus derechos y sus valores, porque las mujeres somos parte esencial de la sociedad. ¡No nos den flores, mejor nos dan el lugar que nos corresponde!

¡Feliz Día Internacional de las Mujeres!

Referencias:

1. Escuela de Nutrición, Licda Jannette Zúñiga, Universidad de Ciencias Médicas, San José, 2017.



