

PLANETA



QUÉ CURIOSO

Los envases y otros artículos en contacto con alimentos contienen una gran variedad de sustancias químicas. Un estudio indica que 3,601 de estas se han encontrado en muestras humanas como la sangre, la orina y la leche materna.



PARA PENSAR

“La IA ofrece increíbles oportunidades de futuro, pero tenemos que aplicarla de forma ética y adecuada”

Celeste Saulo

Secretaria general de la OMM

Redes de pesca amenazan la supervivencia de los manatíes en la costa

● Pescadores fueron sorprendidos con un chinchorro en el Santuario de Mamíferos Marinos en Estero Hondo

Marvin del Cid

PUERTO PLATA. Son las 5 de la tarde del 4 de septiembre de 2024 en el Santuario de Mamíferos Marinos en Estero Hondo, Puerto Plata. Dos pescadores caminan entre los manglares con un chinchorro sobre los hombros de uno de ellos.

Saben que ya no debería haber acceso a turistas a la zona y que los guardaparques del área protegida se han retirado o se preparan para irse.

A las 5:30 abren la red y la empiezan a cerrar lentamente en busca de peces, mientras se observa un grupo de manatíes en los alrededores.

Están pescando frente a la torres de observación de manatíes, en el núcleo del área protegida. No saben que se les está observando con un dron.

En la pantalla se puede ver a un manatí a menos de dos metros de la red y de pronto se aleja estresado del lugar, dejando un rastro de sedimento por los fuertes coletazos durante la huida.

Se avisa al administrador del área protegida, quien hace presencia en el lugar y constata la actividad de los pescadores dentro del área protegida. Solicita que le haga fotografías a ambos para identificarlos y someterlos a la justicia.

Los pescadores, al notar la presencia del dron, recogen rápidamente la red y escapan de la zona entre los manglares.

En la pantalla se puede ver dos dominicanos de mediana edad, a los cuales el administrador no reconoce en las fotografías, pero supone que son de las



MARVIN DEL CID

comunidades cercanas.

A pesar de haber sorprendido a los pescadores en franco delito, los guardaparques no pueden perseguirlos. No tienen embarcación; solo un motor fuera de borda asignado por el Ministerio de Medio Ambiente. Cuando logran conseguir una embarcación, ya los pescadores han escapado.

Las imágenes son enviadas

inmediatamente al Viceministerio de Áreas Protegidas y al Viceministerio de Costeros y Marinos del Ministerio de Medio Ambiente como evidencia del ilícito.

Redes y los manatíes

Los manatíes son mamíferos marinos en la Lista Roja de especies en peligro de extinción y una de las principales causas de muerte

↑ **Un manatí (inferior derecha) se aleja de dos pescadores con un chinchorro en Estero Hondo.**

en la República Dominicana es por ahogamiento en redes de pesca. En los últimos años se han reportado muertes en Samaná, San Cristóbal, Montecristi y otras provincias por esta causa. Otras causas son los golpes de embarcaciones y la pesca directa, aunque esta última ha disminuido en los últimos años.

Recientemente, se reportó la muerte de una pequeña cría de manatí en Montecristi, la cual se ha atribuido, de forma no oficial, al ahogamiento en una red de pesca de haitianos. Sin embargo, un informe del Acuario Nacional, que analizó los restos del animal, no determina la causa de la muerte por el estado avanzado de descomposición. Otra versión señala que pudo haber sido por un golpe de una embarcación. ●

Diario de nutrición

Dra. Erika Pérez Lara

¿El acompañamiento sin presión es un obstáculo o la clave del éxito en el seguimiento nutricional?

Uando un paciente acude a un profesional de la salud para mejorar su condición física, ya sea por un problema de peso, colesterol elevado o función renal disminuida, no basta con proporcionarle una lista de alimentos o restricciones. El verdadero valor reside en un acompañamiento continuo, donde el paciente no es simplemente instruido, sino que es escuchado, apoyado y educado a lo largo del proceso.

El profesional de la salud tiene la tarea de crear una estrategia personalizada, basada en la evaluación inicial del paciente y sus necesidades específicas.

En este sentido, el seguimiento nutricional no solo aborda el “qué comer”, sino también el “por qué” y el “cómo”. Esta perspectiva es clave para generar cambios sostenibles, porque cuando el paciente entiende el impacto de sus elecciones alimentarias, está más comprometido con su proceso de cambio.

Ya sea que el objetivo del paciente sea perder o ganar peso, un acompañamiento adecuado evita generar presión o culpa. Uno de los mayores problemas que enfrentan quienes buscan modificar su peso es la percepción de que se les impone un régimen estricto y castigador.

Sin embargo, con el enfoque correcto, el profesional de la salud puede guiar al paciente a través de cambios paulatinos y realistas, ajustando las recomendaciones según el progreso y los desafíos que vayan surgiendo en el camino.

El seguimiento regular permite identificar barreras emocionales y psicológicas que pueden estar afectando el proceso, brindando un espacio para el diálogo y el ajuste necesario de las herramientas proporcionadas. De este modo, el paciente se siente acompañado en lugar de presionado, y se refuerza su motivación para continuar.

En casos de condiciones como el colesterol elevado o problemas renales, el seguimiento nutricional y médico adquiere un matiz aún más importante. Las recomendaciones nutricionales para estos pacientes son clave para mejorar su estado de salud, pero más allá de ello, es fundamental un acompañamiento cercano para garantizar que los cambios se implementen de manera efectiva.

Un paciente con colesterol elevado, por ejemplo, puede no saber cómo integrar las grasas saludables o cómo reducir el consumo de grasas saturadas sin sacrificar sabor o satisfacción en su dieta. Del mismo modo, un paciente con función renal disminuida puede necesitar ayuda para interpretar las etiquetas nutricionales o para ajustar su consumo de sodio y proteínas. Aquí es donde la figura del profesional de la salud actúa como facilitador de herramientas prácticas, adaptadas a la vida diaria del paciente.

En lugar de aplicar presión para obtener resultados inmediatos, el enfoque debe centrarse en la educación continua y el ajuste constante de las estrategias, dependiendo de los avances y los obstáculos que enfrente el paciente. El profesional de la salud se convierte en una figura de apoyo, que ofrece herramientas basadas en la evidencia científica, pero adaptadas a la realidad de cada paciente. ●

Para comunicarse con la Dra. Erika Pérez Lara, nutrióloga clínica, escriba a erikapereznutricion@gmail.com
Instagram: @dra.erikaperezl

La respuesta del Ministerio

📎 El viceministro de Áreas Protegidas, Carlos (Cau) Batista, sobre el caso de Estero Hondo y la problemática de las redes en zonas prohibidas, dijo a *Diario Libre* que la nueva gestión de este ministerio está haciendo un levantamiento de las necesidades de recursos y equipos en las áreas protegidas. “En este momento estamos en un proceso de levantar información de los activos, y en el caso de Estero Hondo, además del centro de vigilancia, deben ser botes, armas y otros equipos a los guardaparques”, indicó. “También estamos en el proceso investigativo para dar con los responsables y someterlos a la justicia. Además, colocar la debida señalización, para que nadie alegue ignorancia de que es una zona de no pesca. Y, por último, el fortalecimiento del sistema de protección y vigilancia, para tener guardaparques las 24 horas del día”.