

ESTADO LIBRE ASOCIADO DE PUERTO RICO

OFICINA DEL GOBERNADOR

LA FORTALEZA, SAN JUAN



MENSAJE DEL GOBERNADOR DE PUERTO RICO,  
RAFAEL HERNÁNDEZ COLÓN EN OCASIÓN DE CELEBRARSE  
LA SEMANA DE LA NUTRICIÓN.  
3 AL 9 DE MARZO 1974.

Durante los días del 3 al 9 de marzo celebramos en Puerto Rico y los Estados Unidos la Semana de la Nutrición.

Es evidente que hoy día los pueblos están tomando conciencia de la gran importancia que tiene para la salud en general una nutrición sana y balanceada. Hoy vamos tomando conciencia de que nutrición no es llenar el estómago o saciar el apetito.

Una alimentación adecuada es base fundamental y necesaria para lograr una buena salud. Una buena nutrición favorece un crecimiento normal y vigoroso, evita muchas enfermedades y ayuda a lograr una recuperación más rápida de los pacientes.

En el aspecto social una nutrición adecuada constituye un elemento vital para el progreso de los pueblos, ya que es un factor determinante de la salud, la educación y la economía de todo país.

El factor económico es la causa más obvia de una nutrición inadecuada, pero la ignorancia también es un factor muy importante. En Puerto Rico existe una gran falta de conocimientos sobre lo que constituye una buena alimentación. Muchas personas simplemente no están conscientes del hecho de que lo que comen o dejan de comer tiene una influencia profunda en su salud.

Por tanto, para mejorar los hábitos nutritivos del país es totalmente necesaria la educación. Cuando los principios de una buena nutrición están bien difundidos, bien establecidos y bien asimilados por un pueblo los efectos de la falta de recursos económicos y de una pobre disponibilidad de alimentos pueden disminuirse significativamente.

Por otra parte, la Semana de la Nutrición tiene este año una importancia especial porque la nutrición está estrechamente relacionada con realidades tan importantes como el costo de la vida, la escasez de alimentos y el crecimiento demográfico.

Por todas estas razones exhorto a los ciudadanos y muy especialmente a todas nuestras amas de casa a que participen y se beneficien de las diversas actividades que se van a celebrar con motivo de la Semana de la Nutrición. Así mismo, invito a los distintos medios de comunicación a que presten su valiosa colaboración en tan importante causa.

Felicito y deseo el mayor de los éxitos al Departamento de Salud, a la Asociación Dietética Americana-Capítulo de Puerto Rico-, a la Asociación Dietética de Puerto Rico y al Comité de Nutrición de Puerto Rico.

26 de febrero de 1974  
San Juan, Puerto Rico