



Deficiencia de micronutrientes preocupa a nutricionistas

1 AGO 2008



El Dr. Hernán Delgado explicó que la población pobre es la que se ve más afectada por el aumento en los precios de los alimentos y la deficiencia de micronutrientes. (fotos Luis Alvarado)

Un tercio de la población mundial tiene deficiencia nutricional de micronutrientes, y entre un 30% y un 40% de la población centroamericana no está consumiendo la cantidad necesaria de esos elementos fundamentales en la dieta, según advirtió el Dr. Hernán Delgado Valenzuela, director adjunto del Instituto de Nutrición de Centroamérica y Panamá (INCAP).

El Dr. Delgado quien participó en el Simposio Hambre oculta: el reto de la sociedad moderna, organizado por la Escuela de Nutrición, recalcó el papel esencial de los micronutrientes en la alimentación humana, en la producción de enzimas, hormonas y otras sustancias esenciales para el desarrollo.

Sin embargo añadió que el bajo nivel de consumo de micronutrientes está provocando un fenómeno denominado por los nutricionistas como el hambre oculta.



Una gran cantidad de nutricionistas y trabajadores del campo de la salud asistieron al simposio.

Explicó que el aumento de los precios de los alimentos, como resultado del cambio climático, el alza del petróleo, el crecimiento poblacional y económico, tiene un gran impacto en el consumo de micronutrientes. Esta crisis alimentaria dificulta la disponibilidad, el acceso, el consumo y el aprovechamiento biológico de los alimentos, afirmó el especialista.

En cuanto al impacto sobre las poblaciones de escasos recursos económicos, Delgado explicó que éste sector poblacional es el que se ve más afectado, ya que, actualmente, no existe un equilibrio entre el salario mínimo y el costo de la canasta básica, por lo que a muchas familias les resulta imposible su adquisición.

Inclusive las familias que tienen los recursos suficientes para adquirir la canasta básica, no están satisfaciendo sus necesidades de micronutrientes, ya que la canasta básica está compuesta en términos de cantidad y de energía, pero no necesariamente en términos de calidad.



La directora de la Escuela de Nutrición, M.Sc. Patricia Sedó, que el problema de hambre oculta se agrava con la crisis alimentaria.

La trascendencia del tema, tanto a nivel local como global, obliga a desarrollar políticas públicas que fomenten el consumo de los micronutrientes, por medio de la fortificación de ciertos alimentos. En Costa Rica se fortifica la sal común, las harinas de trigo y de maíz, el azúcar, el arroz y la leche, pero en los demás países centroamericanos, los alimentos fortificados son menos que en el nuestro.

Durante el acto inaugural del simposio, la Dra. Rosa María Novygrodt, directora de la Secretaría de Políticas en Alimentación y Nutrición del Ministerio de Salud, manifestó que el tema del hambre oculta es una prioridad para el Estado, ya que representa un problema de salud pública. Afirmó que varias encuestas han demostrado la deficiencia de micronutrientes en el consumo alimenticio de la población costarricense, razón por la cual considera que se debe trabajar en conjunto con los gobiernos locales, con el fin de fomentar el consumo de micronutrientes.

La directora de la Escuela de Nutrición, M.Sc. Patricia Sedó, manifestó que el hambre oculta es un problema que ha estado presente siempre, sin embargo, ahora es más grave con el aumento de los precios de los alimentos a nivel mundial. Por este motivo, la Escuela de Nutrición decidió abordar este tema en el simposio, el cual además fue declarado de interés institucional por parte de la Universidad de Costa Rica, el Ministerio de Salud y la Caja Costarricense del Seguro Social.

En cuanto al tema de la educación el Vicerrector de Vida Estudiantil, el M.L. Carlos Villalobos afirmó que aún es un reto la educación nutricional en el país. Además expresó su preocupación por los hábitos alimenticios de los jóvenes, ya que cada vez se alejan más del arroz y los frijoles y se dejan llevar por publicidad que los incita a consumir alimentos menos saludables.

[Mariana Morera González y Lidiette Guerrero Portilla.](#)
Periodistas Oficina de Divulgación e Información
lidiette.guerrero@ucr.ac.cr