

LOS PROGRAMAS DE NUTRICIÓN DEL OIEA PROMUEVEN EL DESARROLLO MUNDIAL

Najat Mokhtar, Jefa de la Sección de Estudios de la Nutrición y del Medio Ambiente relacionados con la Salud del OIEA, y su colega Christine Slater, nutricionista de la misma sección, explican a la redactora Sasha Henriques por qué el tema de la nutrición es tan importante para el Organismo.

P: ¿Por qué se ocupa el OIEA de la nutrición?

En su calidad de organización, el OIEA debe cumplir el requisito estatutario de “acelerar y aumentar la contribución de la energía atómica a la paz, la salud y la prosperidad en el mundo entero”.

Una buena nutrición es la base de la buena salud y el desarrollo de los países. De ahí que el OIEA se ocupe de la nutrición.

La nutrición constituye un todo integrado. La nutrición deficiente es una de las principales causas de enfermedad y muerte. Afecta al desarrollo del cerebro y a la capacidad de aprendizaje, lo que se traduce en un rendimiento escolar insuficiente. Una mala nutrición en los primeros años de vida puede ser causa de enfermedades como la diabetes, la hipertensión arterial y afecciones cardiovasculares en la edad adulta.

Es preciso abordar la nutrición desde la concepción hasta los dos años de edad, momento en que se sientan las bases para el resto de la vida de una persona; de lo contrario, suele ser imposible lograr cambios más adelante.

P: A primera vista, no parece que la nutrición y los temas nucleares tengan mucho en común. ¿Qué relación hay entre ellos?

Los Estados Miembros del OIEA utilizan métodos nucleares para llevar adelante sus programas de nutrición. Entre estas técnicas nucleares figura el empleo de isótopos estables (que no son radiactivos) para entender mejor cómo se absorben, utilizan o almacenan los nutrientes en el organismo. Estas técnicas, muy precisas y eficaces, se pueden aplicar con seguridad y de forma no invasiva a todas las personas, desde los lactantes hasta los ancianos, para determinar el estado nutricional y analizar la eficacia de los programas de nutrición.

En muchos casos las técnicas nucleares proporcionan respuestas que no se pueden obtener de otra forma.

Al capacitar a los Estados Miembros para que utilicen las técnicas nucleares en la esfera de la



nutrición, el OIEA complementa la labor que estos países llevan a cabo con otras organizaciones internacionales y agrupaciones sin ánimo de lucro de todo el mundo para combatir la malnutrición en todas sus formas y promover la salud.

P: La nutrición puede parecer un tema especializado. ¿Por qué cree que debe prestársele atención a escala nacional e internacional?

Vale la pena prestar atención a la nutrición a escala mundial por el efecto directo y probado que tiene en la salud y en el crecimiento económico de los países. Para progresar, los países necesitan personas sanas y capaces de adquirir nuevas aptitudes. Es preciso que la población goce de buena salud física y mental. Una mala nutrición afecta tanto al organismo como al cerebro.

Una nutrición adecuada en los primeros años de vida es fundamental para crecer de forma sana. Una madre y su hijo lactante en un centro de salud de Burkina Faso.

(Fotografía: N. Mokhtar, OIEA)



La obesidad y las ENT conexas han alcanzado proporciones de epidemia en muchos países con economías en transición. El OIEA presta asistencia a las autoridades nacionales de Seychelles en la creación de capacidad a fin de evaluar un programa de intervención para el control y la prevención de la obesidad infantil.

(Fotografía: N. Mokhtar, OIEA)

Las ciencias nucleares aportan datos muy valiosos que contribuyen a la formulación de estrategias de intervención en materia de nutrición más adecuadas.

Por ejemplo, se ha demostrado que la lactancia materna exclusiva en los seis primeros meses de vida del niño es el mejor comienzo nutricional que una madre puede ofrecer a su hijo. No obstante, muchas madres consideran que la practican, aunque den a sus hijos agua o una pequeña infusión en caso de malestar estomacal.

Con los métodos de seguimiento convencionales (como los cuestionarios), los profesionales sanitarios no podrían percibir tales discrepancias. Sin embargo, la utilización de técnicas de isótopos estables proporciona datos incuestionables sobre la práctica de la lactancia materna exclusiva, lo que permite a los encargados de la formulación de políticas, médicos y nutricionistas cambiar su enfoque en consecuencia.

Además de medir la ingesta de leche materna en los lactantes, las técnicas isotópicas y nucleares se emplean para estudiar la composición corporal y el gasto calórico, evaluar la salud ósea de las personas de edad, examinar cómo el organismo asimila, emplea y conserva nutrientes importantes como las proteínas, los hidratos de carbono, las grasas, las vitaminas y los minerales, cuantificar las reservas de vitamina A, y determinar en qué medida utiliza el organismo el hierro y el zinc que obtiene de los alimentos y dietas locales.

P: ¿Malnutrición significa algo más que no tener suficiente comida?

En los países más prósperos y los países con economías en transición está surgiendo una epidemia de exceso de peso y obesidad. Se trata de uno de los principales problemas de salud pública, y es una forma de malnutrición que afecta a personas de todas las edades y orígenes.

En consecuencia, el índice de la diabetes, las enfermedades cardiovasculares y otras enfermedades no transmisibles (ENT) relacionadas con la alimentación está aumentando en todo el mundo.

Los costos de las ENT suponen una carga cada vez mayor para los países de ingreso mediano y bajo, afectan a personas en la flor de la vida y acentúan la presión sobre los sistemas de salud, que ya se encuentran desbordados, y los presupuestos públicos y familiares. Los países de ingreso mediano y bajo soportan el 86 % de la carga de fallecimientos prematuros por ENT, lo que entraña enormes pérdidas económicas y deja a millones de personas atrapadas en la pobreza. Si bien la mayoría de estas muertes prematuras provocadas por la ENT podría evitarse en gran medida, para ello se precisa un enfoque multisectorial de las políticas que influyen en los factores de riesgo, por ejemplo, la dieta poco saludable, la falta de actividad física y el acceso insuficiente a la atención sanitaria.

El exceso de peso y la obesidad suelen comenzar en la primera infancia. Según cifras de 2011 de la Organización Mundial de la Salud (OMS), unos 43 millones de niños menores de cinco años tienen exceso de peso en todo el mundo. Estos niños son más propensos a padecer ENT en el futuro.

P: ¿Cuáles son las consecuencias mundiales y políticas del hecho de ocuparse de la nutrición o de no hacerlo?

La malnutrición impide a las personas llevar una vida productiva, de modo que si no se presta atención a la nutrición, la pobreza se perpetuará en las familias, las comunidades y los países.

Según la Iniciativa SUN para el fomento de la nutrición, más del 30 % de los niños de corta edad de todo el mundo padecen malnutrición, lo que tiene graves consecuencias para la salud, la capacidad de aprendizaje, la productividad, el desarrollo económico y la seguridad. La inversión en la nutrición contribuye a romper el ciclo de la pobreza, ya que el producto interior bruto del país aumenta al menos entre el un 2 % y el 3 % anualmente. De una inversión de un 1 dólar de los Estados Unidos en nutrición se pueden obtener beneficios de hasta 30 dólares.