

UNA VÍA PARA MEJORAR LA NUTRICIÓN MEDIANTE ISÓTOPOS ESTABLES



1 Las personas necesitan alimentos y agua para sobrevivir, no obstante, para tener una vida saludable también es fundamental recibir una alimentación nutritiva. Para que la nutrición sea adecuada, las grasas hipercalóricas, las proteínas y los hidratos de carbono deben complementarse con vitaminas y minerales (micronutrientes). La malnutrición, un equilibrio inadecuado de nutrientes, puede producirse cuando la alimentación es demasiado abundante o demasiado escasa.

(Fotografía: A. S. Gorisek, OIEA)



2 El OIEA trabaja con otros organismos a fin de evaluar intervenciones en los Estados Miembros que han sido concebidas para hacer frente al problema de la malnutrición. Las técnicas de isótopos estables pueden utilizarse para validar la información obtenida mediante el uso de cuestionarios y mediciones simples. Gracias a la creación de capacidad mediante la capacitación y al suministro de equipo los nutricionistas de todo el mundo pueden utilizar esos métodos en entornos comunitarios ya que son seguros, no son invasivos y pueden utilizarse con adultos y niños de todas las edades.

(Fotografía: H. Aguenou, Marruecos)



3 En comparación con otras técnicas convencionales, los métodos basados en isótopos estables, que no utilizan radiación, proporcionan mediciones mucho más precisas y específicas para evaluar intervenciones relativas a la nutrición y los estilos de vida, por ejemplo, programas de enriquecimiento de los alimentos, hábitos de alimentación saludables y actividad física.

(Fotografía: E. Aguilar Lema, Ecuador)



4 Las técnicas de isótopos estables ayudan a los científicos a determinar las cantidades adecuadas de micronutrientes que el cuerpo recibe, utiliza y retiene para determinar la cantidad de tejido magro y de grasa en la composición corporal y estimar el número de calorías gastadas al día. Esas técnicas también permiten indicar si los lactantes se alimentan exclusivamente con leche materna, de acuerdo con las recomendaciones de la OMS, y la cantidad de leche materna que ingieren. Esto aporta información a los Estados Miembros que les ayuda a diseñar o mejorar sus programas nacionales de salud y nutrición

(Fotografía: M. E. Valencia Juillerat, México)

Texto de Aleksandra Sasa Gorisek, Departamento de Ciencias y Aplicaciones Nucleares del OIEA.