

COMUNICACIÓN BREVE

INTERVENCIONES ALIMENTARIAS Y NUTRICIONALES EN CUBA: COMBATIENDO LAS DEFICIENCIAS DE MICRONUTRIENTES

En línea con las metas propuestas desde la década del noventa en la Cumbre Mundial en Favor de la Infancia y la Conferencia Internacional de Nutrición en los aspectos relacionados con la prevención y control de las deficiencias de micronutrientes, el Instituto de Nutrición e Higiene de los Alimentos de Cuba (INHA) está trabajando, desde hace más de 10 años, en el diagnóstico, prevención y control de la deficiencia de micronutrientes, con mayor experiencia en hierro, vitamina A y yodo, pero también incursionando en otros compuestos antioxidantes (vitaminas C y E y carotenoides), zinc y vitaminas del complejo B.

Desde el establecimiento del Programa Nacional de Acción para la Nutrición de Cuba el estado y el gobierno cubanos consideraron una tarea de primer orden la lucha contra la deficiencia de micronutrientes, por lo que ha desarrollado programas integrales para combatirla.

Para la coordinación en el país de todas las acciones relacionadas con la prevención y control de las deficiencias de micronutrientes, desde 1996 fue constituida la Comisión de Micronutrientes que representa una gama de intereses multidisciplinarios e intersectoriales que convergen en esa intención. Se constituye en facilitador de esta comisión el INHA, centro de Investigación y de Referencia Nacional del Ministerio de Salud Pública de Cuba para todos los aspectos que relacionan la salud humana con la alimentación y la nutrición.

En el desarrollo de sus funciones, esta comisión ha recibido asesorías y ha mantenido intercambios sobre el tema con diversas instituciones de la región latinoamericana y en el año 2002 se realizó en La Habana -coordinado por el INHA y con la colaboración de la OPS- un Simposio-Taller Internacional para América Latina y el Caribe sobre Micronutrientes.

De esta manera se han desarrollado proyectos de investigación-desarrollo y programas de intervención nutricional relacionados con las 3 opciones básicas para combatir la deficiencia de micronutrientes: la suplementación, la fortificación de alimentos y la diversificación alimentaria.

El diagnóstico con respecto a la situación de la vitamina A en la población cubana ha permitido afirmar que esta no representa un problema de salud pública en el país. La yodación universal de la sal de consumo humano y la ejecución simultánea de diversas estrategias de intervención mediante programas nacionales como los de fortificación y suplementación para combatir la anemia por deficiencia de hierro como principal problema nutricional del país, son logros obtenidos durante estos años en el combate contra las deficiencias de micronutrientes que han tenido impacto positivo para la salud de la población cubana.

La anemia por deficiencia de hierro, como la deficiencia específica de nutrientes más frecuente en la población cubana, ha recibido especial atención en estos años por lo que se planteó un conjunto de estrategias que conforman el Plan Nacional Para la Prevención y Control de la Anemia en la Población Cubana, que tiene como objetivo disminuir la deficiencia de hierro y la anemia como problema de salud en el país.

PLAN NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA DEFICIENCIA DE HIERRO Y LA ANEMIA EN LA POBLACIÓN CUBANA

ESTRATEGIAS

Fortificación de alimentos

- Desarrollar acciones de base alimentaria mediante la fortificación con hierro de un alimento de amplio consumo para la población cubana en general.
- Realizar de forma diferenciada y priorizada acciones de fortificación alimentaria para el grupo de niños menores de 2 años para una efectiva prevención de la anemia y sus efectos adversos en esta edad.

Diversificación alimentaria

- Estimular y orientar las acciones de diversos sectores de nuestra economía para aumentar la disponibilidad para la población de alimentos o preparados farmacéuticos como fuentes adicionales de hierro.
- Contribuir al desarrollo de la agricultura urbana y del Programa de Cultura Alimentaria.

Suplementación

- Suplementación universal con bajas dosis de hierro mediante un programa dirigido a todas las gestantes del país.
- Pesquisaje y tratamiento de todas las mujeres anémicas en edad fértil no gestantes, en la atención primaria de salud en todo el país.
- Disponer de manera regular de suplementos de hierro destinados a lactantes y niños pequeños, así como para otros grupos en riesgo para su utilización en áreas de salud y hospitales del país.

Componente de vigilancia en las intervenciones

- Desarrollar la vigilancia nutricional para monitorear y evaluar la situación en cuanto a deficiencia de hierro y anemia en grupos en riesgo, así como introducir componentes de vigilancia y de garantía de calidad en los programas de suplementación y fortificación con hierro.

La fortificación de la harina de trigo con hierro y vitaminas de complejo B, programa iniciado en 1998, ha sido uno de los programas priorizados en Cuba. El consumo de una unidad de pan elaborado con la harina fortificada y que se vende a precios subsidiados en todo el país, permite aportar el 19 % de las ingestas diarias recomendadas de hierro y más de un 25 % de las vitaminas del complejo B. Otros alimentos subsidiados y dirigidos a grupos en riesgo como los purés de frutas producidos para niños menores de 3 años y un alimento completo con base láctea para embarazadas desnutridas se encuentran fortificados con micronutrientes, lo cual aumenta el aporte de estos en la población.

Fortificación con múltiples nutrientes de la harina de trigo. Año 2002

Micronutrientes	Norma (kg de harina) Fortificación obligatoria
Hierro	45 mg
Ácido fólico	2,5 mg
Vitamina B1	7 mg
Vitamina B2	7 mg
Vitamina B6	6 mg
Niacina	70 mg

Un resultado relevante que ha contribuido a disminuir en más de un 50 % la frecuencia de anemia en el embarazo, ha sido la generalización en todo el país del programa de suplementación para la prevención de la anemia en el embarazo derivado de resultado de proyectos de innovación tecnológica del INHA. El suplemento “Prenatal” diseñado y formulado especialmente para este programa, el que contiene bajas dosis de hierro y otros micronutrientes constituye su eje. Es producido por la industria químico- farmacéutica cubana.

Mediante el conjunto de las acciones coordinadas se espera que antes de finalizar esta década el país pueda certificarse como libre de desórdenes por deficiencia de yodo (DDY), y reducir la deficiencia de hierro como problema de salud en el país –cambiando la categoría de alto riesgo de anemia en la población por la de más bajo riesgo.

Magaly Padrón*

*Investigador titular, INHA. Comisión de Micronutrientes. E mail: mpadron@infomed.sld.cu