

Nuevos enfoques en la prevención y tratamiento de deficiencias de micronutrientes

New approaches to the prevention and treatment of micronutrient deficiencies

Jhon J. Bejarano-Roncancio

¹Profesor Titular e investigador. Facultad de Medicina. Universidad Nacional de Colombia, sede Bogotá, Colombia

Contacto: jjbejaranor@unal.edu.co

Capacidades adquiridas: Al finalizar el artículo, los lectores podrán:

- Describir la importancia de los micronutrientes para la salud de diferentes grupos etarios.
- Describir cuáles son los micronutrientes más estudiados.
- Describir cuáles son las estrategias más recientes en la prevención y tratamiento de la deficiencia de micronutrientes.

Resumen

Los micronutrientes son indispensables para diversos procesos orgánicos. Su deficiencia depende de muchos factores y cuando se produce en un contexto de inseguridad alimentaria se le conoce como "hambre oculta". Las deficiencias más comunes incluyen: hierro, zinc, ácido fólico y vitamina A. Las intervenciones más frecuentes incluyen: la fortificación, la suplementación profiláctica, la biofortificación, el bio rendimiento, la modificación genética, el uso de macroalgas, entre otras. En conclusión, el diseño e implementación de las estrategias se debe analizar desde una compleja perspectiva de beneficio, cobertura, grupo poblacional y tipo de fortificación.

Palabras clave: micronutrientes, hambre oculta, fortificación, suplementación

Abstract

Micronutrients are essential for various bodily processes. Their deficiency depends on many factors, and when it occurs in the context of food insecurity, it is known as "hidden hunger." The most common deficiencies include iron, zinc, folic acid, and vitamin A. The most frequent interventions include fortification, prophylactic supplementation, biofortification, bioperformance enhancement, genetic modification, and the use of macroalgae, among others. In conclusion, the design and implementation of strategies should be analyzed from a complex perspective of benefit, coverage, population group, and type of fortification.

Keywords: micronutrients, hidden hunger, fortification, supplementation