

# Como es de esperar

La nutrición: un derecho humano fundamental

## Guía para promotores



*La desnutrición por  
carencia de  
micronutrientes es  
un asunto que atañe  
a las mujeres, un  
asunto de derechos  
humanos y un  
asunto de desarrollo.  
¡Sus efectos son  
devastadores pero  
evitables!*

ARCVC  
IDRC-L1b-113714  
v. 2

**Iniciativa para los Micronutrientes**



Esta Guía acompaña al video "Como es de esperar: la nutrición – un derecho humano básico" que se encuentra disponible en inglés, francés y español.

La Iniciativa para los Micronutrientes

a/c CIID

P.O. Box 8500

250 Albert Street

Ottawa, Ontario

Canadá, K1G 3H9

Tel.: (613) 236-6163;

Fax: (613) 236-9579;

Correo electrónico: TGUAY@IDRC.CA

## *Unas palabras sobre el video*

La desnutrición por falta de micronutrientes es un problema de vastas proporciones, de efectos devastadores y que afecta principalmente a mujeres y niñas. Sin embargo, es evitable: las soluciones son conocidas, relativamente sencillas y muy económicas. Todo lo que se necesita es acción inmediata.

El video muestra el verdadero alcance de la desnutrición, especialmente el impacto para las mujeres. Describe asimismo los efectos devastadores de la carencia de micronutrientes tales como hierro, yodo y vitamina A en el organismo. Presenta ejemplos de acciones para contrarrestar estos efectos y pone énfasis en la necesidad de tomar acción inmediata para ampliar el alcance de estos esfuerzos, con sugerencias específicas al respecto.

El video se dirige a todos aquellos que se encuentran en posiciones claves para tomar decisiones, para establecer, recomendar y adoptar políticas, tanto a nivel de gobierno como en organizaciones no gubernamentales (ONG). Va dirigido también a efectivos de empresas de alimentos, a profesionales de los sectores de salud, agricultura y educación. El video también será de interés para el público en general y está disponible en formato para la televisión.

## *Cómo usar el video de manera eficaz*

Utilice el video como un instrumento para generar ideas, preguntas y fomentar el debate. Inste a los espectadores a evaluar su propio potencial de colaboración y el de las organizaciones en que participan, en actividades conducentes a la eliminación de la desnutrición por falta de micronutrientes.

Vea el video y lea la Guía para familiarizarse con la terminología y las acciones que se pueden llevar a cabo para eliminar los problemas de salud por falta de micronutrientes. Invite a sus colegas y a los miembros de su grupo a ver el video y luego analice con ellos la problemática, las soluciones y la necesidad de actuar. Utilice las "Sugerencias para incentivar el debate" (que se encuentran en esta guía) a fin de provocar preguntas y generar ideas. Puede ser útil volver a mostrar el video o partes del mismo en apoyo al debate.

Haga copias de la sección "Sugerencias para fomentar acciones" de esta guía y distribúyalas entre los espectadores. Ellos pueden hacer una lista de lo siguiente:

- Los múltiples papeles que les toca desempeñar en la vida;
- Las acciones que pueden realizar por medio de estos papeles;
- Lo que pueden hacer las organizaciones a la(s) que ellos pertenecen;
- Las personas conocidas que pueden ayudar; y
- Otras ideas personales conducentes a la acción.

**El paso siguiente:**

**Llevar las ideas a la práctica.**

**¡Su acción fortalece el movimiento para acabar con la desnutrición por falta de micronutrientes!**

## *La desnutrición por falta de micronutrientes es devastadora*

La desnutrición por falta de micronutrientes afecta a más de dos mil millones de personas, en su mayoría mujeres.

Se trata de un problema socioeconómico y de salud cuyos efectos adversos permanentes tienen gran impacto en las mujeres y las niñas, sobre todo en el desarrollo físico y mental, la capacidad de trabajo y productividad, en el ciclo reproductivo e incluso en la propia supervivencia.

Micronutrientes son las vitaminas y minerales que necesita nuestro organismo para funcionar debidamente a plena capacidad. Se les llama *micronutrientes* porque el cuerpo los necesita en cantidades muy pequeñas, las que sin embargo representan una diferencia enorme en la salud.

La carencia persistente de tres micronutrientes en la dieta; a saber, hierro, yodo y vitamina A, produce las siguientes consecuencias:

Carencia de hierro: fatiga debilitante y agotamiento; anemia; complicaciones del embarazo; riesgo más alto de mortalidad materna; disminución de la capacidad de trabajo; y reducción del potencial de aprendizaje.

Carencia de yodo: deterioro de la coordinación física y de la habilidad para el aprendizaje; bocio; apatía; incapacidades físicas y mentales.

Carencia de vitamina A: ceguera nocturna; ceguera total; disminución de la resistencia a las infecciones; e incremento de la mortalidad infantil.

La desnutrición por falta de micronutrientes es hambre escondida — a menudo no se siente o no se ve, pero puede significar literalmente la diferencia entre la vida y la muerte. Sin embargo, es evitable. Las soluciones están al alcance de la mano y son relativamente simples y económicas. De

hecho, los beneficios sobrepasan en gran medida los costos. Contamos con el conocimiento, los recursos y las tecnologías. Todo lo que necesitamos es actuar.

---

**Micronutrientes** — *son vitaminas y minerales que en cantidades muy pequeñas son esenciales para la salud mental y física.*

**Desnutrición por falta de micronutrientes** — *es una condición resultante de insuficiencia de micronutrientes en el organismo, que puede perjudicar la salud mental y física.*

**Anemia** — *es una condición en la cual la concentración de hemoglobina (número de glóbulos rojos en la sangre) es más baja de lo normal como resultado de la carencia de uno o más nutrientes esenciales, especialmente el hierro, o a consecuencia de una enfermedad.*

**Trastornos por deficiencia de yodo** — *entre la gama de efectos negativos causados por carencia de yodo en el organismo se encuentran el daño cerebral, bocio, letargo, deterioro del proceso de aprendizaje e incapacidades físicas y mentales.*

**Bocio** — *agrandamiento de la glándula tiroidea*

---

---

## 🌀 *Ya conocemos las soluciones, ahora ¡a actuar!*

Las causas fundamentales de la desnutrición por falta de micronutrientes en las mujeres de toda edad son, entre otras, la pobreza, la discriminación de la mujer y las medidas insuficientes de salud pública. Aun cuando existan estrategias a nivel nacional para aliviar la pobreza y desarrollar un sistema adecuado de salud, es necesario contar con programas específicos sobre micronutrientes. Tenemos el conocimiento, sólo necesitamos tomar medidas. Son estas medidas las que constituyen el enfoque del video e incluyen estrategias tales como:

- **Mejoramiento de la dieta;**
- **Fortificación de los alimentos de consumo habitual; y**
- **Complementos alimenticios.**

Estas estrategias (junto con las medidas de salud pública) destinadas a corregir las carencias de micronutrientes en la dieta están bien definidas técnicamente y son

---

**Podemos terminar con el hambre escondida al mismo tiempo que nos esforzamos por poner fin a la pobreza. ¡Es hora de actuar!**

---

económicas. De modo que no se trata de un desafío a nivel técnico, sino a nivel social. Es decir, dar la debida prioridad al problema de la desnutrición por falta de micronutrientes, asignar los recursos necesarios y crear la demanda, la motivación y un compromiso permanente.

**Mejoramiento de la dieta** – La solución a largo plazo para terminar con el hambre escondida radica en el mejoramiento de la dieta. El trabajo educativo y la difusión de información

sobre aspectos de nutrición motiva a las personas a adoptar hábitos dietéticos sanos. Esta estrategia enfatiza la producción y promoción de alimentos ricos en nutrientes. Por ejemplo, se puede fomentar la siembra de verduras, legumbres y/o la crianza de aves o ganado, tanto para el autoconsumo como para la venta. Se pueden promover métodos de cocinar que resulten en un máximo provecho nutritivo, así como programas de lactancia materna, ya que la leche materna es una fuente importante de nutrientes incluso en el segundo año de vida del niño. Sin embargo, con frecuencia se interponen obstáculos económicos y prácticos que impiden la adopción de buenos hábitos alimenticios. De modo que hay que tenerlos presente.

**Fortificación** – El añadir nutrientes a los alimentos de consumo habitual ha contribuido a eliminar los problemas de

---

**Yodización** – término general que abarca programas para agregar yodo mediante varios agentes (yoduro, yodato) y alimentos (v.g., sal, aceite, pan, agua).

**Sal yodada** – sal a la cual se le ha agregado yoduro o yodato de potasio, según niveles establecidos por normas gubernamentales.

---

salud relacionados con deficiencias de vitaminas y minerales en los países industrializados. La sal yodada es un ejemplo de ello. Existe una variedad de alimentos que pueden ser fortificados con yodo, hierro y/o vitamina A (por ej., harinas, cereales y aceites).

De acuerdo a la situación específica de cada país, se debe identificar tanto el alimento "apropiado" y la vitamina específica o los minerales que deben ser agregados. Se entiende por alimento apropiado aquel que puede ser producido para el abastecimiento general, consumido regularmente y en cantidades relativamente constantes por todos. Al ser fortificado no pierde sus características inherentes y cuenta con la aceptación de los consumidores. La clave de un programa de fortificación sustentable y exitoso es la creación de una demanda de alimentos nutritivos—naturales o fortificados—por parte del consumidor, con la consiguiente aceptación de tales productos.

---

**La eliminación de trastornos de la salud por falta de yodo mediante el uso de sal yodada cuesta solamente cinco centavos de dólar al año.**

---

**Complemento alimenticio** – Con frecuencia se complementa la dieta con micronutrientes para prevenir o controlar insuficiencias. Es decir, se proporcionan nutrientes ya sea en forma de cápsulas, tabletas, inyecciones, o en líquido. Como medida inmediata el complemento alimenticio puede resultar beneficioso y a veces hasta necesario a corto plazo. Grupos técnicos de expertos han analizado la manera de suministrar nutrientes sin peligro para la salud y la literatura sobre el tema ofrece recomendaciones e instrucciones para programas de complemento de hierro, yodo y vitamina A. Por ejemplo, en regiones de riesgo para la salud por carencia de vitamina A, la práctica de complementar la dieta con esta vitamina a partir del sexto mes de vida en el caso de los infantes y dentro de las seis semanas siguientes al parto para las madres, tiene gran aceptación. En algunas regiones de países en desarrollo donde la anemia es un problema común, a menudo se recomienda el complemento de hierro a los grupos de alto riesgo (mujeres encinta, bebés y niños menores de dos años). Para obtener información sobre las dosis y frecuencia de las mismas, consulte las publicaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS), del Grupo Consultivo Internacional sobre Anemia nutricional (INACG), del Grupo Consultivo Internacional sobre la Vitamina A (IVACG) y del Consejo Internacional para el control de los desórdenes producidos por la falta de yodo (ICCIDD). Para mayor información vea la sección Organizaciones Importantes.



## **Es hora de cumplir con las promesas**

Los gobiernos tienen la obligación política de tomar medidas para combatir la desnutrición por falta de micronutrientes.

En tres importantes conferencias internacionales—la Conferencia Cumbre por los Niños en 1990, la Conferencia para acabar con el hambre escondida en 1991 y la Conferencia Internacional sobre Nutrición— la mayoría de los gobiernos se comprometieron a lograr las siguientes metas para el año 2000:

- Los males causados por la carencia de yodo, casi eliminados;
- Los problemas de salud debidos a carencia de vitamina A, casi eliminados; y
- La anemia causada por carencia de hierro en las mujeres, reducida en por lo menos un tercio de los niveles alcanzados en 1990.

### *¿Se están cumpliendo estas promesas?*

Los gobiernos deben asignar recursos—humanos, financieros y organizacionales—para mejorar el nivel de nutrición. Varios ministerios, entre ellos, Planificación, Salud, Educación, Agricultura, Información y Comercio, pueden aunar esfuerzos para lograr esta meta. Es necesario contar con el apoyo político a todo nivel, desde el nivel nacional hasta el comunitario.

- Los organismos de asistencia al desarrollo, ya sean bilaterales o multilaterales, pueden apoyar programas y actividades sociales tendientes a eliminar la desnutrición por falta de micronutrientes.
- La población puede hacer un llamado al gobierno para que cumpla sus promesas. A continuación se dan algunas ideas de acciones que es posible tomar:
  - Fomentar activamente las políticas públicas que favorezcan el mejoramiento alimenticio. Dé a conocer sus puntos de vista en reuniones y a través de cartas a los políticos, usando los medios de comunicación para difundir información pertinente sobre desnutrición por falta de micronutrientes.
  - Promover la participación de los grupos económicamente más desfavorecidos en el proceso de toma de decisiones sobre asuntos de nutrición.
  - Tomar parte en calidad de voluntario(a) en las actividades de las organizaciones que luchan por combatir el hambre.
  - Fortalecer y ampliar el alcance de las campañas contra el hambre.
  - Organizar debates públicos sobre el papel que les cabe desempeñar a los políticos en la solución del problema de desnutrición por falta de micronutrientes.

## Sugerencias para incentivar el debate

- ¿Cuáles son las tres carencias de nutrientes que se describen en el video?
- ¿Por qué se les llama *micronutrientes*?
- ¿Qué se entiende por “hambre escondida”?
- ¿Por qué o cómo se relaciona la nutrición con:
  - la situación económica...
  - la educación...
  - la situación de la mujer?
- ¿Es la desnutrición por falta de micronutrientes un problema en su país o en su comunidad? Si es así, ¿por qué; si no es así, ¿por qué?
- ¿Qué medidas se han tomado para prevenir o eliminar los problemas de desnutrición por falta de micronutrientes en su comunidad o en su país? La organización a la cual usted pertenece, ¿ha tomado parte activa en estas medidas?
- ¿Qué estrategias—o conjunto de estrategias—se deben establecer o reforzar en su país para combatir la desnutrición por falta de micronutrientes?
- ¿Qué contribución puede aportar usted a los esfuerzos por combatir la desnutrición por falta de micronutrientes?
- ¿Trabaja usted para el gobierno? ¿Es usted miembro de una organización no gubernamental (ONG), de los medios de comunicación, de la industria de alimentos, de un sindicato o grupo laboral, de un grupo organizado de ciudadanos, de un club de servicios u otro grupo organizado de cualquier naturaleza? ¿Es usted político, asesor de políticas, activista de los derechos humanos, estudiante o profesional, por ejemplo, en el campo de la salud, derecho, economía, educación, religión, ciencia, o comunicaciones?
- Usted, sus colegas y las asociaciones en las cuales participan, ¿de qué manera pueden llegar a ser participantes activos y promotores en esta tarea?
- ¿En qué estrategia podría participar usted para ayudar a eliminar la desnutrición por falta de micronutrientes? ¿Qué proyectos puede iniciar usted en apoyo a medidas para combatir la desnutrición por falta de micronutrientes?
- ¿Forma usted parte de algún grupo involucrado en programas de salud, educación, agricultura, desarrollo rural, reducción de la pobreza o programa sobre la condición de la mujer? Si es así, ¿forman parte integrante de esos programas los temas relacionados con la nutrición? Si no es así, ¿cómo se podría incorporar este tipo de programas?

---

**El complemento de hierro en mujeres anémicas da mayor vitalidad y bienestar y puede reducir las complicaciones del embarazo y aumentar la capacidad de trabajo, con el consiguiente incremento del ingreso familiar.**

---

## **Cada persona tiene una función que cumplir**

La desnutrición por falta de micronutrientes afecta a, y es afectada por, muchos aspectos de la vida diaria, de modo que para combatirla en forma eficaz es necesario tomar medidas en diferentes planos. Es imperioso que los gobiernos, las organizaciones no gubernamentales, los grupos comunitarios y la industria de alimentos, entre otros, tomen parte activa en este reto.

Cada persona tiene un papel que cumplir, ya sea en el sector público o privado: los organismos gubernamentales, los ministerios, políticos, asesores de políticas, agencias de asistencia bilateral, organizaciones no gubernamentales, la industria de alimentos, sindicatos obreros, asociaciones de profesionales, educadores, investigadores, economistas, agrónomos, medios de comunicación, organizaciones contra la pobreza, comunidades religiosas, grupos de ciudadanos, asociaciones estudiantiles, organizaciones por la paz y la justicia, dirigentes de grupos juveniles, organizaciones de mujeres y otros.

El formar alianzas que refuercen el movimiento por acabar con el hambre escondida es otro camino posible. Participe en este vasto y poderoso movimiento. Ubique a otras personas y grupos comprometidos y busque maneras de colaborar con ellos o de aprender de sus esfuerzos.

## *Sugerencias para fomentar acciones*

Para acabar con el hambre escondida se requiere la participación total de una gama de organizaciones públicas y privadas, nacionales e internacionales. No existe un grupo que pueda llevar a cabo solo esta tarea ni hay una acción que por sí sola sea suficiente.

A continuación se enumeran algunas de las posibles acciones. Examinelas cuidadosamente para determinar cuáles se aplican a usted o a su organización. Quizás usted pueda aportar otras ideas.

- Ampliar programas ya existentes—agrícolas, de salud, de educación o de la mujer—incorporando consideraciones sobre nutrición.

**Ampliar programas existentes**

### **Controlar la anemia**

- Elaborar programas de salud tendientes a combatir la falta de hierro en la dieta. Esta carencia es tan generalizada entre las mujeres y los niños que un programa de salud que no dé prioridad al control de la anemia es un programa con serias deficiencias.

**Organismos gubernamentales y ministerios, políticos, asesores de políticas, agencias de asistencia bilateral, organizaciones**

- Asegurarse de que los trabajadores de la salud sepan identificar los casos que requieren complementos alimenticios y sepan programar las dosis.

**Promover actividades de apoyo a la relación micronutrientes-salud en su trabajo**

- Fomentar políticas y promover en el centro laboral los valores que fomenten prácticas tales como la lactancia materna, prevención y control de la anemia, así como otros servicios de salud y nutrición para los trabajadores.

- Utilizar sus capacidades para educar y motivar e influir en otros.

- *Exigir una legislación que asegure que la sal sea tratada con yodo y que tenga un precio accesible a los grupos económicamente desfavorecidos.*

**Ejercer influencia, educar y motivar**

- Apoyar programas que ayuden a las mujeres a producir alimentos tanto para el autoconsumo como para la venta. Entre ellos:

**Colaborar con las mujeres en sus esfuerzos para producir alimentos.**

- Proyectos de huertos;
- Proyectos de preservación de alimentos nutritivos para el consumo durante todo el año; y
- Programas de educación y crédito financiero a las mujeres para crianza de animales, cultivo de alimentos nutritivos y venta de sus productos

**Reforzar la ayuda alimentaria**

- Elaborar programas de ayuda alimentaria que incorporen micronutrientes en los alimentos básicos. La harina, el aceite y los condimentos pueden ser fortificados con hierro y también con yodo y vitaminas.

- Mejorar el manejo y distribución de los complementos alimenticios e incrementar la cobertura de los grupos en riesgo. Identificar posibles canales para la entrega de estos complementos, ya sea mediante visitas a los colegios, programas en los centros laborales y programas de redes de seguridad alimenticia. Exigir la prestación de servicios directos tales como tabletas de hierro para mujeres encinta y complemento de vitamina A para los niños con sarampión.

**Proporcionar complementos de vitaminas/minerales**

**Programas educativos**

- Incluir información sobre micronutrientes en los programas educativos.

- Incluir el tema de la desnutrición por falta de micronutrientes en los programas de estudio de las escuelas.

**Analizar la sal**

**no gubernamentales, la industria de alimentos, sindicatos obreros, asociaciones de profesionales, educadores, investigadores, economistas,**

- Analizar la sal para constatar la presencia de yodo. Se trata de un proceso rápido y fácil que puede formar parte de las actividades de la sala de clase, de proyectos de los estudiantes, del centro de trabajo o de cualquier ambiente que se preste para difundir información sobre los trastornos causados por la carencia de yodo.

#### Informar y educar

- Informar y educar a la gente que vive en zonas de alto riesgo, de modo que ellos mismos puedan reconocer los efectos de la carencia de micronutrientes en la salud y las maneras de contrarrestarlos. Los trabajadores de la salud, de la agricultura, profesores, personal de las ONG y de los medios de comunicación pueden ayudar a difundir este mensaje. Haga uso de los medios públicos de información y de campañas educativas. A nivel personal, lleve a cabo sesiones educativas sobre la importancia de una dieta equilibrada, del consumo de alimentos nutritivos, incluyendo alimentos fortificados, así como los importantes beneficios que reporta la lactancia materna.

#### Los beneficios de la leche materna

- Los beneficios de la leche materna como fuente importante de nutrientes, aun en el segundo año de vida, deben darse a conocer más ampliamente.

- Mejorar la administración del sistema de salud, dando preferencia a la capacitación de los trabajadores de la salud en la prevención y control de problemas de salud por carencia de micronutrientes, incrementando el impacto y alcance en la comunidad y creando programas efectivos de educación alimentaria.

#### Administración del sistema de salud

#### Capacitación

- Proporcionar capacitación sobre micronutrientes a los trabajadores del sector agrícola, a los profesores y a otras personas.

- Organizar campañas tendientes a fortificar con micronutrientes los alimentos de consumo habitual, como la sal, harina, cereales, aceites y margarina.

#### Fortificar los alimentos de consumo habitual

*Productores de alimentos:* infórmense sobre la manera de integrar en el proceso de producción la fortificación de alimentos y pónganlo en práctica.

*Científicos:* Realicen investigaciones para encontrar alimentos que se presten al proceso de fortificación.

*Vendedores de Alimentos:* Soliciten acceso a alimentos fortificados tales como la sal yodada. Úsenlos y pónganlos a la venta.

*Gobiernos:* Establezcan normas y regulaciones para los alimentos. Por ejemplo, aprueben leyes e implementen regulaciones en favor de la yodización generalizada de la sal.

**agrónomos, medios de comunicación, organizaciones contra la pobreza, comunidades religiosas, grupos de ciudadanos, asociaciones**

- Transmitir lo que se sabe en el mundo de la ciencia a aquellos que están en condiciones de actuar o de llevar los conocimientos a la práctica.
- Trabajar en colaboración con los medios de comunicación proporcionándoles información sobre la desnutrición por insuficiencia de micronutrientes.
- Utilizar todos los canales de comunicación—medios de información, congresos y formas populares de expresión cultural para intercambiar ideas e información. Lograr el apoyo de artistas, músicos y actores y utilizar los periódicos, la televisión, radio, boletines de las ONG, teatro, ferias de niños, etc. Hay tantas formas de difundir el mensaje.

### Trabaje con los medios de comunicación

### Utilice ayuda bilateral y multilateral

- Utilizar ayuda bilateral y multilateral para apoyar programas y actividades tendientes a eliminar la desnutrición por falta de micronutrientes. Las agencias de asistencia al desarrollo internacional pueden ayudar en la creación y financiamiento de estos programas.
- Promover el intercambio de información entre diferentes disciplinas y círculos profesionales.
- Lograr que las políticas relacionadas con la agricultura y los alimentos tomen en consideración la calidad nutritiva del suministro de alimentos y promuevan la producción, comercialización y consumo de alimentos ricos en micronutrientes.

### Las políticas relacionadas con la agricultura y los alimentos

### Hable con la gente

- Aprender y sacar provecho de las experiencias de otros grupos y personas comprometidas con la causa.
- Obtener el apoyo de los medios de comunicación, de los políticos y de aquellos que están en posiciones clave de influencia.
- Establecer redes vigorosas tanto a nivel nacional como internacional.

estudiantiles, organizaciones por la paz y la justicia, dirigentes de grupos juveniles, organizaciones de mujeres y otros.



## Material informativo

ACC/SCN. 1994. **Maternal and Child Nutrition [Nutrición materna y del niño]**. SCN News, Number 11, mid-1994. Ginebra, Suiza. 71 pp.

ACC/SCN. 1990. **Women and Nutrition [Mujeres y nutrición]**. Documentos de las sesiones de la ACC/SCN. Informe del simposio ACC/SCN. Documento N° 6 de Debate sobre Políticas de Nutrición. Ginebra, Suiza. 179 pp.

AHRTAG. **Breastfeeding Information Resources [Lista de información sobre lactancia materna]**. Lista de las fuentes de información, de materiales y organizaciones. Disponible en: AHRTAG, Farringdon Point, 29-35 Farringdon Road, Londres EC1M 3JB, Reino Unido.

Behrman, J.R. 1992. **The Economic Rationale for Investing in Nutrition in Developing Countries [Razones económicas para invertir en nutrición en los países en desarrollo]**. USAID y VITAL. Washington, D.C., EUA, 32 pp.

**Poniendo fin al hambre escondida**. Video de 20 minutos producido por Bedford Productions para la UNICEF/OMS. Disponible en inglés, francés y español, en los sistemas PAL, NTSC, SECAM. Para obtener el video (US \$10 más gastos de correo y embalaje) dirigirse a: Bedford Productions Ltd., 6th Floor, 6 Vigo Street, Londres, W1X 1AH, UK; Tel: (44 171) 2879928; Fax (44 171) 2879870.

Gillespie, S., Kevany, J. y Mason, J. Febrero 1991. **Controlling Iron Deficiency [Controlando la carencia de hierro]**. Informe de un taller. ACC/SCN Serie State-of-the Art. Documento No. 9 para Debate sobre Políticas de Nutrición. Ginebra, Suiza. 93 pp.

Hetzel, B. y Pandav, C.S. 1994. **S.O.S for a Billion: The Conquest of Iodine Deficiency Disorders [S.O.S. para mil millones: La Conquista de los trastornos por falta de yodo]**. Oxford University Press, Delhi. 285 pp.

Enviar a: Coordinador regional del ICCIDD, a/c Centre for Community Medicine, All India Institute of Medical Sciences, Nueva Delhi 100 029, India. Teléfono y fax: (91 11) 6863522. Precio: US \$10 (Sírvase extender el cheque a nombre de ICCIDD).



ICCIDD. Marzo 1995. **ICCIDD Notes [Apuntes del ICCIDD]**. Una excelente recopilación de una amplia gama de documentos (libros, boletines, informes, audiovisuales). Disponible en: ICCIDD Focal Point, Tulane University School of Public Health and Tropical Medicine, 1501 Canal Street, Ste. 1300, Nueva Orleans, Louisiana 70112 EUA. Fax: (504) 585 4090; correo electrónico: tcihd@mailhost.tcs.tulane.edu

Kent, G. 1994. **The roles of International Organizations in Advancing Nutrition Rights [El papel de las organizaciones internacionales en la promoción de los derechos de nutrición]**. Política alimentaria, 19 (4), 357-366.

McGuire, J.S. y Popkin, B.M. 1990. **Beating the Zero Sum Game: Women and Nutrition in the Third World [Ganando el juego de la suma cero: Mujeres y nutrición en el Tercer Mundo]**. En: La Mujer y la nutrición. Informe del Simposio de la ACC/SCN. Documento para debate N° 6 de la ACC/SCN, sobre Políticas de nutrición, Ginebra, Suiza, pp. 11-65.

Merchant, K.M. y Kurtz, K. 1993. **Women's Nutrition through the Life Cycle: Social and Biological Vulnerabilities [La Nutrición de la mujer a través del ciclo vital: Vulnerabilidades sociales y biológicas]**. En: La salud de las mujeres: una perspectiva global. Koblinsky, M., Timyan, J. y Gay, J., eds. Westview Press, San Francisco, EUA.

Proyecto de Micronutrientes. 1995. **Vitamin A Deficiency: Key Resources in its Prevention and Control [Carencia de vitamina A: Recursos claves en su prevención y control]**. Ottawa, Canadá, 47 pp.

Sommer, A. 1994. **Vitamin A Deficiency and its Consequences: a Field Guide to their Detection and Control [Carencia de vitamina A y sus consecuencias: Un manual de campo para su detección y control]**, tercera edición. OMS, Ginebra. Documento de consulta imprescindible. Disponible en inglés, francés y español. Solicítelo de la OMS, Ventas y Distribución, 1211 Ginebra 27, Suiza.

UNICEF. Noviembre 1994. **The Prescriber. Special Issue on Anemia [El que prescribe. Número especial sobre la anemia]**. Nº 11. UNICEF, Nueva York.

16 pp. Contiene información concisa sobre las causas de la anemia, su prevención y tratamiento, incluyendo cuadros sobre programas de complemento alimenticio para dosis preventivas y terapéuticas.

Disponible en inglés, francés, español, portugués y árabe de la UNICEF, Health Systems Development Unit, H-10F-UNICEF, Three United Nations Plaza, Nueva York, NY 10017, EUA. Fax (212) 326 7059.

Banco Mundial. 1994. **Enriching Lives: Overcoming Vitamin and Mineral Malnutrition in Developing Countries [Haciendo vidas más útiles: Venciendo la desnutrición por carencia de vitaminas y minerales en los países en vías de desarrollo]**. Serie: Desarrollo a través de la práctica. Stock No. 12987. Washington, D.C., EUA. Disponible en inglés y francés de: World Bank Publications, P.O. Box 7247-8619, Philadelphia, Pennsylvania 19170-8619, EUA; Tel: (202) 473 1155; Fax: (202) 676 0581.

Banco Mundial. 1994. **A New Agenda for Women's Health and Nutrition [Una nueva agenda de salud y nutrición para las mujeres]**. Serie: Desarrollo a través de la práctica. Washington, D.C., EUA. 96 pp. Disponible de: World Bank Publications, P.O. Box 7247-8619, Philadelphia, Pennsylvania 19170-8619, EUA; Tel: (202) 473 1155; Fax (202) 676 0581.

## **Organizaciones Importantes**

**Comité Administrativo del Sub-Comité de Coordinación de las Naciones Unidas sobre la Nutrición (ACC/SCN)**. Un punto de encuentro para armonizar políticas y actividades sobre nutrición del sistema de las Naciones Unidas. El SCN reúne y distribuye información sobre nutrición (incluyendo un excelente boletín), noticias del SCN, y ha producido numerosas publicaciones que tratan sobre la mujer y la nutrición. También patrocina reuniones técnicas. Contacto: ACC/SCN, a/c OMS, 20 Avenue Appia, CH-1211 Ginebra 27, Suiza; Tel: (41 22) 791 0456; Fax: (41 22) 798 8891.

**American Public Health Association (APHA)**, Centro internacional de distribución de materiales sobre alimentación infantil y nutrición materna. La APHA es un Centro de información y de materiales sobre salud y nutrición de la mujer y el niño.

El Centro provee acceso a la información a través de su centro de documentación; disemina información a los trabajadores de la salud en el terreno; fortalece la capacidad de las organizaciones basadas en el terreno para producir y difundir información; y promueve la interrelación entre las organizaciones y las personas. El Centro publica tres veces al año el boletín Madre y Niños, en inglés, francés y español. El principal artículo el año 1994 (Entrega 13, No. 1): "Combatiendo la anemia en las jóvenes adolescentes: Un informe desde la India". La entrega de otoño de 1995 del boletín Madre y Niños tiene como tema principal las mujeres y la nutrición. Contacte al Centro en la siguiente dirección: APHA, 1015 15th Street NW, Washington, DC 20005, EUA. Tel: (202) 789 5600; Fax: (202) 789 5661.

**Asian Vegetable Research and Development Centre (AVRDC).** En su calidad de miembro de la red del Centro Internacional de Investigación sobre Agricultura, la AVRDC colabora en el establecimiento de huertos de vitamina A usando alimentos autóctonos. Se ha establecido un huerto familiar de vitamina A para proveer a una familia de cinco miembros el 100% de sus necesidades de vitamina A durante todo el año. Para información sírvase contactar a: AVRDC, P.O. Box 42, Shanhua, Tainan, Taiwan, República de China, 74119.

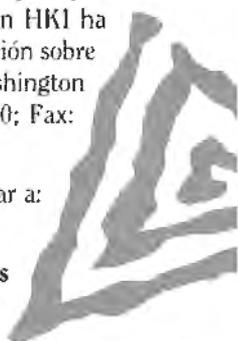
**Bread for the World Institute [Instituto Pan para el Mundo],** es una ONG que busca informar y motivar al pueblo a tomar acción sobre asuntos relacionados con políticas que afectan a la nutrición humana. El Instituto publica un informe anual sobre la situación del hambre en el mundo. Para mayor información sírvase contactar a: Bread for the World Institute, 1100 Wayne Avenue, Suite 1000, Silver Spring, MD, EUA, 20910; Tel: (301) 608 2400; Fax: (301) 608 2401.

**Helen Keller Internacional (HKI).** ONG con sede en los Estados Unidos de América que proporciona asistencia técnica para fortalecer y ampliar programas de vitamina A ya existentes. La organización HKI ha producido numerosas publicaciones y materiales de capacitación sobre vitamina A. Para mayor información contactar a: HKI, 90 Washington Street, Nueva York, NY, EUA, 10006; Tel: (212) 943 0890; Fax: (212) 943 1220.

**International Baby Food Action Network (IBFAN).** Contactar a: IBFAN, c/o GIFA, CP 157, 1211 Ginebra 19, Suiza.

**Consejo Internacional para el control de los desórdenes producidos por la falta de yodo (ICCIDD).** Es una red internacional de expertos dedicados al control de

**En muchos países industrializados, la estrategia más directa para acabar con la carencia de micronutrientes ha sido la fortificación de los alimentos.**



desórdenes causados por deficiencia de yodo. Contribuye con el desarrollo de programas nacionales, proporciona asesoría técnica y publica numerosos informes técnicos y un boletín. Para mayor información sírvase contactar a: ICCIDD, Avenue de la Fauconnerie 153, B-1170 Bruselas, Bélgica; Tel: 32 (2) 675 8543; Fax: 32 (2) 675 1898.

**International Eye Foundation:** Una ONG dedicada a la prevención y cura de la ceguera en los países en desarrollo. Entre sus actividades se encuentran la capacitación, equipos y medicinas, servicios clínicos, investigación operativa y el desarrollo de programas con comunidades en 10 países. Asimismo la organización cuenta con material audio-visual, material para bibliotecas y servicios de consulta. Para mayor información sírvase contactar a: Laire Isaacson, 7801 Norfolk Avenue, Bethesda, MD, EUA, 20814; Tel: (301) 986 1830; Fax: (301) 986 1876.



**Grupo Consultivo Internacional sobre anemia nutricional (INACG).**

Proporciona servicios de consulta y asesoría a las agencias donantes y participantes que buscan combatir la anemia nutricional. Asimismo tiene disponible publicaciones y guías sobre programas de control de la anemia. Para mayor información sírvase contactar a: Secretariado INACG, c/o The Nutrition Foundation, Inc., 1126 16th St. N.W. Washington, DC 20036, EUA. Tel: (202) 659 9024; Fax: (202) 659 3617.

**Grupo Consultivo Internacional sobre la Vitamina A (IVACG).**

Proporciona consultoría y asesoría a las agencias que tienen como objetivo la reducción de las carencias de vitamina A. Tiene disponible publicaciones, materiales de trabajo y lineamientos de programas. Para mayor información sírvase contactar a: Secretariado IVACG, c/o The Nutrition Foundation Incorporated, 1126 Sixteenth Street N.W., Suite 200, Washington, DC 20036, EUA. Tel: (202) 659 9024; Fax: (202) 659 3617.

**La Iniciativa para los Micronutrientes.** Véase interior de la contratapa.

**Cuidado de la madre.** Produce numerosas publicaciones y guías sobre salud materna, incluyendo manuales de capacitación. Para mayor información sírvase contactar a: Mothercare, c/o John Snow, Inc., 1616 N. Fort Myer Dr., 11th Floor, Arlington, VA 22209, EUA Tel: (703) 528 7474; Fax (703) 528 7480.

**Programa contra la desnutrición por falta de micronutrientes (PAMM).** Ofrece cursos breves para ayudar a los equipos locales que trabajan en programas de micronutrientes a adquirir el conocimiento necesario en campañas de solidaridad, manejo de laboratorios, manejo de la información, comunicaciones e intervenciones o presentaciones. También ofrece asesoría técnica. Para mayor información sírvase contactar a: PAMM c/o Centre for International Health, Emory University, School of Public Health, 1518 Clifton Road, N.E., Atlanta, Georgia 30322, EUA. Tel: (400) 727 5417/16; Fax: (404) 727 4590.

---

**Materiales didácticos a bajo costo (TALC).** Organización dedicada a facilitar el acceso a los materiales de enseñanza sobre salud y nutrición, que ofrece una lista extensa de libros y diapositivas. Para mayor información sírvase contactar a: TALC, P.O. Box 49, St. Albans, Herts, Reino Unido, AL1 5TX; Tel: 44 1 727 853869; Fax: 44 1 727 846852.

**Fondo de las Naciones Unidas para la Niñez (UNICEF).** Es una agencia especializada de las Naciones Unidas que colabora con los países miembros en programas en beneficio de mujeres y niños. La UNICEF produce varias publicaciones y documentos y mantiene un catálogo de video, radio y películas. Para mayor información sírvase contactar a la oficina nacional de la UNICEF en su país o a: UNICEF House, Nutrition Section, Three United Nations Plaza, Nueva York, NY, EUA, 10017; Tel: (212) 326 7000; Fax: (212) 326 7336.

**Alianza mundial de acción para la lactancia materna (WABA).** Formada en febrero de 1991 como una red mundial de organizaciones e individuos para los cuales la lactancia materna es un derecho de niños y madres. Se dedican a proteger, promover y apoyar este derecho. La WABA funda sus actividades en la Declaración de Innocenti y trabaja en estrecha relación con la UNICEF. Para mayor información sírvase contactar a: WABA, P.O. Box 1200, 10850 Penang, Malasia. Tel: (60 4) 6584 816; Fax: (60 4) 6572 655.

**Alianza mundial para los derechos humanos y de nutrición (WANHR).** Trabaja en áreas tales como la investigación, supervisión, educación, capacitación, así como en la elaboración de programas de estudio sobre nutrición, derechos humanos y ética. Tiene un Comité Coordinador y una pequeña secretaría. Publica un boletín. Para mayor información sírvase contactar a: WANHR Secretariat, c/o The Norwegian Institute of Human Rights, Grensen 18, N-0159, Oslo, Noruega, Tel: (47 2) 411360; Fax: (47 2) 422542.

**Organización Mundial de la Salud (OMS).** Agencia de las Naciones Unidas que actúa como la autoridad que dirige y coordina mundialmente los asuntos relacionados con la salud humana. La OMS tiene oficinas en la mayor parte de las regiones del mundo. Tiene disponibles numerosas publicaciones. Para mayor información sírvase contactar a: Nutrition Unit, Division of Food and Nutrition, WHO, 20 Avenue Appia, 1211 Ginebra 27, Suiza; Tel: (41 22) 791 4146; Fax: (41 22) 791 4156.

IDRC / CRDI



298291

## Notas



## La Iniciativa para los Micronutrientes

La Iniciativa para los Micronutrientes fue creada en el año 1992 como un Secretariado del CIID en Canadá por sus patrocinadores principales: La Agencia Canadiense para el Desarrollo Internacional (ACDI), El Centro Internacional de Investigaciones para el Desarrollo (CIID), El Fondo de las Naciones Unidas para la Niñez (UNICEF), El Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) y el Banco Mundial.

El objeto de este Proyecto es fomentar los esfuerzos mundiales para eliminar la desnutrición por falta de micronutrientes. Apoya diversos programas encaminados a lograr las siguientes metas para el año 2000:

- los males causados por la carencia de yodo, casi eliminados,
- los problemas de salud debidos a carencia de vitamina A, casi eliminados,
- la anemia causada por carencia de hierro en las mujeres, reducida en por lo menos un tercio de los niveles alcanzados en 1990.

Estas metas fueron endosadas por la mayoría de los gobiernos en tres conferencias internacionales.

Contactar a:

La Iniciativa para los Micronutrientes  
a/c Centro Internacional de Investigaciones para el Desarrollo  
250 Albert Street  
Ottawa, Ontario  
Canadá K1G 3H9

Tel: (613) 236 6163

Fax: (613) 567 4349 ó 236 9579

Correo electrónico: TGUAY@IDRC.CA

---

**Cada día que pasa 50 000 niños  
nacen con limitaciones en su  
capacidad mental debido a la  
carencia de yodo; 300 madres  
mueren durante el parto debido  
a anemia aguda y otros 4 000  
niños mueren a consecuencia de  
falta de vitamina A.**

**Estas son tragedias innecesarias.  
La nutrición adecuada es un  
derecho humano básico.**

---