



Editorial

Estimados todos,

Durante este mes de mayo, la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) y representantes de más de 500 asociados, se reunieron este mes para celebrar la 10.ª Asamblea Plenaria de la Alianza mundial sobre los suelos (AMS), que, desde su creación hace un decenio, ha trabajado para crear una mayor conciencia mundial y local sobre la importancia de la gestión sostenible del suelo y para guiar las políticas destinadas a abordar problemas tales como la erosión, la salinización y la contaminación o cuestiones como la conservación de la biodiversidad, la fijación de carbono y los desequilibrios de nutrientes.

El Sr. QU Dongyu, Director General de la FAO, citó que el papel de los suelos y su fertilidad nunca habían sido tan importantes como ahora con objeto de garantizar la seguridad alimentaria para todos y posibilitar la transformación de los sistemas agroalimentarios a fin de que sean más eficientes, más inclusivos, más resilientes y más sostenibles y, añadió que el objetivo de cara al futuro es mejorar y mantener la salud de al menos el 50 % de los suelos del mundo para 2030, lo que sólo es posible con el firme apoyo y la solidaridad de todos.

Un elemento destacado de la Asamblea Plenaria fue la presentación del mapa mundial de distribución de suelos negros, fruto de un esfuerzo de varios años en el que se ha empleado un enfoque impulsado por los países y dirigido por la Alianza mundial sobre los suelos. Dichos suelos no solo ofrecen sustento a las personas asentadas en ellos, sino que también alimentan al resto del mundo gracias al gran porcentaje de su producción que se exporta, pese a que solo representan una pequeña proporción de los suelos del mundo. De hecho, de ellos proceden unas dos terceras partes de las semillas de girasol del mundo, el 30 % del trigo y el 26 % de las patatas. Caracterizados por un alto contenido de materia vegetal descompuesta y con gran contenido de carbono y de nutrientes esenciales como nitrógeno, fósforo y potasio, los suelos negros abarcan aproximadamente 725 millones de hectáreas, de las cuales casi la mitad se encuentran en la Federación de Rusia, donde representan el 19 % de la superficie. Otros países con zonas de suelo negro en expansión son Argentina, China, Colombia, los Estados Unidos de América, Hungría, Indonesia, Kazajstán, Polonia y Ucrania.

Los participantes también examinaron iniciativas como las Directrices voluntarias para la gestión sostenible de los suelos, la base de datos SoilEX, el Código Internacional de conducta para el uso y manejo de fertilizantes, el mecanismo RECSOIL para la reconstitución del carbono orgánico de los suelos del mundo, la campaña del Día Mundial del Suelo de 2022 y el programa "Soil Doctors".

Sin duda alguna, son datos y puntos de vista considerablemente importantes pues de los suelos depende directamente la producción agrícola de la mayor parte de los alimentos de los que se extraen los ingredientes empleados en nuestros suplementos alimenticios.

En nuestras actividades mensuales, el mapeo regulatorio resultó en la identificación de situaciones de impacto en las categorías de ingredientes y suplementos alimenticios en Latinoamérica, por ello es de relevancia comentar que, la ANVISA de Brasil solicitó a las compañías nacionales e importadoras manifestar cuales son las principales problemáticas a las que se enfrentan en la importación de bienes y servicios con miras a actualizar su regulación, además, esa institución pública ha incluido en su agenda regulatoria la propuesta de incluir el lenguaje braille en el etiquetado de productos sujetos a vigilancia sanitaria. Por otra parte, en Chile, el Ministerio de Medio Ambiente

identificó los envases y sus categorías para los objetivos de recolección, recuperación y otras obligaciones. En Perú, se presentaron dos proyectos de ley, el primero se enfocará en regular la elaboración de alimentos para usos especiales, mientras que el otro consiste en un proyecto para añadir advertencias publicitarias sobre el contenido de gluten. Mientras que, en Uruguay, la autoridad sanitaria actualizó los requisitos que deben observar los productores e importadores de suplementos dietéticos.

Finalmente, para el caso de Centroamérica, les compartimos que, en Honduras, la ARSA publicó resoluciones sobre la comercialización y los ingredientes de los complementos alimenticios actualizando el listado de niveles de vitaminas y minerales permitidos en dicha categoría.

Para concluir, les comentamos que el pasado 26 y 27 de mayo, el medio de comunicación mexicano EL CAPITALINO realizó una entrevista nuestra Directora Ejecutiva Elizabeth Díaz y a Gustavo Velderrain, Coordinador Científico y Regulatorio, quienes resaltaron la importancia de los trabajos que realiza ALANUR y los beneficios que un adecuado consumo de vitaminas y minerales proporcionan a nuestra alimentación, además, comentaron la importancia de emplear suplementos alimenticios como aliados para la nutrición.

Sin más que añadir, los invito a que disfruten la lectura.



Elizabeth Díaz
Directora Ejecutiva

Blog Técnico

Selenio: El verdadero rey del tex-mex entre los minerales

El Selenio, es un mineral con una dualidad bastante interesante, que lo hace bailar al ritmo del más animado son del Tex-Mex como su casi-homónima cantante Selena Quintanilla. El Selenio es un mineral esencial para que nuestro cuerpo pueda desarrollar funciones vitales como la reproducción, la función de la glándula tiroidea, la producción de ADN y para proteger al cuerpo contra infecciones y el daño causado por los radicales libres. Sin embargo, su consumo excesivo es un claro ejemplo de que, como para todo, “la dosis hace el veneno” y escapar no es una opción. ¿A que nos referimos? Pues que evitar su consumo para no tener una ingesta excesiva puede llevar a padecer diferentes problemas de salud relacionados con la deficiencia de Selenio, como por ejemplo enfermedad de Keshan y enfermedad de Kashin-Beck. Es por esto que distintos organismos de salud a nivel internacional han definido límites de consumo para prevenir sobrepasar la dosis segura. Por ejemplo, en Europa la ingesta diaria promedio se ha estimado en 40 $\mu\text{g}/\text{día}$ (32–62 $\mu\text{g}/\text{día}$), en comparación con los EE. UU., donde es de 93 $\mu\text{g}/\text{día}$ para las mujeres y 134 $\mu\text{g}/\text{día}$ para los hombres. Sin embargo, distintas investigaciones científicas sugieren que este podría ser un límite conservador que nos cumple solo con la ingesta mínima, y no aporta beneficios adicionales. Por ejemplo, Lynnette R. Ferguson y colaboradores observaron que los beneficios óptimos de la suplementación sobre la estabilidad del ADN se observan cuando el nivel sérico de selenio alcanza entre >120 y <160 ng/ml. Una dosis de 200 $\mu\text{g}/\text{día}$ de levadura selenizada también demostró ser una opción de suplementación más segura en comparación con una dosis similar de seleno-metionina (SeMet). No obstante, los autores de este estudio destacan el requisito de pre-estratificación de una población mediante el nivel de selenio en suero y el nivel de daño del ADN de referencia, antes de llevar a cabo una suplementación de selenio como la de este estudio.

Por lo tanto, debemos informarnos bastante bien de las fuentes alimentarias de Selenio que incluimos en nuestra alimentación, como la carne y/o productos cárnicos, el pescado y los mariscos, la pasta, el arroz, el pan y los cereales para el desayuno. Además, conociendo nuestra posible ingesta de Selenio, podríamos aprovechar el uso de suplementos alimenticios para

lograr no solo la ingesta mínima, sino la óptima para obtener los beneficios de este mineral tan importante.

[Ver más](#)

"Ahí viene la E", la vitamina E a 100 años de su descubrimiento

Este 2022, el mundo de las vitaminas está de fiesta, ya que es el centenario del descubrimiento de la vitamina E, una vitamina que ha sorprendido con sus beneficios desde su descubrimiento. Esta vitamina fue descubierta al analizar la alimentación en roedores a los que se les había provocado infertilidad, ya que se observaba que el consumo de vitaminas A, B, C y D podían mejorar el crecimiento de los roedores, pero no lograban revertir la infertilidad. Sin embargo, al continuar con estos experimentos se observó que la infertilidad pudo ser revertida alimentándolas con lechuga o aceite de germen de trigo, pero no aceite de hígado de bacalao o la harina o la paja de trigo. Al concluir la investigación, ellos llegaron a la conclusión de que esto era efecto de algún "componente X" presente en ciertos aceites vegetales. Eventualmente, se descubrió que ese "componente X" era lo que hoy conocemos como vitamina E. Curiosamente, hoy en día cuando escuchamos sobre la vitamina E, no pensamos automáticamente en sus beneficios o efectos sobre la fertilidad, sino en su aporte antioxidante y todos los beneficios derivados de este mismo. Concretamente, hoy sabemos que la vitamina E es un antioxidante liposoluble que puede proteger de la oxidación a los ácidos grasos poliinsaturados (PUFA) presentes la membrana celular, además de contribuir en la regulación de especies reactivas de oxígeno (ROS) y especies reactivas de nitrógeno (RNS) y modular la transducción de señales. Además, se le han atribuido otros beneficios como la reducción del riesgo cardiovascular, inmunomodulación y efectos antialérgicos, propiedades neuro-protectoras en modelos de excitotoxicidad por glutamato y daño espinocerebeloso, hepato-protección y prevención de la toxicidad hepática por diferentes causas e incluso aplicaciones terapéuticas en la esteatohepatitis no alcohólica.

En la actualidad, los estudios científicos sobre vitamina E han ido más allá del tema de la infertilidad en roedores, reportándose en un estudio del año 2010 que la suplementación vitalicia de vitamina E incrementó la esperanza de vida de los roedores en un 15%. Este efecto se atribuyó al efecto anticancerígeno de la vitamina E ya que el cáncer es la principal causa de muerte en roedores pequeños. Las recomendaciones actuales de ingesta de vitamina E varían entre 3 y 15 mg/día en diferentes países y dependiendo de la edad de la persona. Si calcificáramos en un ranking a los alimentos con alto contenido de vitamina E, obtendríamos un resultado parecido al siguiente ordenados de mayor a menor contenido de esta vitamina: aceite de girasol (48.70mg por cada 100g), avellanas (26.20mg por cada 100g), almendras (20mg por cada 100g), aceite de maíz (11,20mg por cada 100g), aceite de soja (10.10mg por cada 100g).

Aunque podríamos pensar que en 100 años hemos descubierto bastante de la vitamina E, aún falta mucho por conocer y definir en cuanto a sus beneficios y dosis de ingesta efectivas. Por lo tanto, es necesario que se confirmen las dosis efectivas para adquirir los beneficios de la vitamina E a través de diferentes estudios científicos especializados para diferentes sectores poblacionales. De esta forma, podremos hacer un uso más eficiente de esta vitamina para lograr nuestros objetivos nutricionales en un menor tiempo.

[Ver más](#)



Dr. Gustavo R. Velderrain-Rodríguez Coordinador de Asuntos Científicos y Regulatorios

Estrategia de comunicación

Entrevista EL CAPITALINO a Elizabeth Díaz y Gustavo Velderrain de ALANUR.

El pasado 26 y 27 de mayo, el medio digital EL CAPITALINO realizó una entrevista con Elizabeth Díaz y Gustavo Velderrain.

[Ver más](#)

Lo más reciente



BRASIL. [Seminarios virtuales de Anvisa sobre suplementos dietarios y asuntos de fiscalización.](#)

[Ver más](#)



PARAGUAY. [Proyecto de Ley sobre etiquetado frontal.](#)

[Ver más](#)



HONDURAS. [ARSA publica resoluciones sobre comercialización e ingredientes de suplementos alimenticios.](#)

[Ver más](#)



PERÚ. [Comisión de Defensa del Consumidor comienza estudio del proyecto para sumar advertencias publicitarias por contenido de gluten](#)

[Ver más](#)



COLOMBIA. [Plenaria del Senado aprueba proyecto para garantizar el derecho a libre competencia de mercado](#)

[Ver más](#)



ARGENTINA. [Boletín Oficial: Poder Ejecutivo crea Plan Federal de Mejora de Gestión para Empresas de Alimentos y Bebidas](#)

[Ver más](#)

[Ver más](#)



[PERÚ. Presentan proyecto que busca regular la elaboración de alimentos de regímenes especiales](#)

[Ver más](#)



[CHILE. Ministerio de Medio Ambiente identifica envases y sus categorías para metas de recolección, valorización y otras obligaciones](#)

[Ver más](#)



[COLOMBIA. Comisión Sexta aprueba proyecto para la aplicación del sistema braille en empaques de medicamentos](#)

[Ver más](#)



[BRASIL. ETIQUETADO BRAILLE EN PRODUCTOS SUJETOS A VIGILANCIA SANITARIA](#)

[Ver más](#)

Noticias



[2º taller sobre regulación de suplementos dietarios](#)

[Ver más](#)

CALENDARIO DE EVENTOS



8 al 10 de junio

[México: Aditivos Funcionales, Nutraceuticos y Suplementos](#)

[Ver más](#)



26 al 29 de Julio

[Simposio Mundial sobre los Suelos en Apoyo de la Nutrición](#)

[Ver más](#)

The logo for Foros ALANUR, featuring the text 'Foros ALANUR' and 'Asociación Latinoamericana de Nutrición Regulatoria' with a colorful graphic element.

Te invita a conocer:

Carotenoides y su relación con la vitamina A

15 de junio | 14:00 hrs.

facebook.com/ALANURlatam/

LIVE

Gustavo Velderrain
Coordinador de Asuntos Científicos y Regulatorios de ALANUR

Elizabeth Díaz
Directora Ejecutiva de ALANUR

15 de Junio a las 14 hs

Carotenoides y su relación con la vitamina A

CDMX Facebook Live ALANURLA

ALANUR
www.alanurla.org
info@alanurla.org

