

ALCANZANDO SU POTENCIAL COMPLETO

Las cantidades adecuadas de vitaminas y minerales ayudan a las personas a alcanzar su potencial completo. En cambio, las deficiencias de nutrientes pueden limitar el rendimiento académico del niño, disminuir la productividad del adulto y causar defectos de nacimiento invalidantes o fatales.

Una manera económica de proporcionar más nutrientes es enriquecer la harina de trigo, la harina de maíz y el arroz. Agregar vitaminas y minerales durante el proceso de molienda proporciona una mayor nutrición a través de alimentos básicos, como el pan, las tortillas y el arroz.

Más de 80 países requieren la fortificación de uno o más cereales como parte de su estrategia para mejorar la salud de su gente. Participe con nosotros para que trabajemos juntos de modo que se fortifiquen la harina de trigo, la harina de maíz y el arroz en los molinos industriales de todo el mundo.



MÁS INTELIGENTE



MÁS FUERTE



MÁS SANO



Iniciativa de Fortificación de los Alimentos

Mejorar los cereales para una vida más sana

La Iniciativa de Fortificación de los Alimentos (Food Fortification Initiative, FFI) ha establecido una red con socios multisectoriales para fomentar la fortificación obligatoria de la harina de trigo, la harina de maíz y el arroz procesados de manera industrial en todo el mundo. Juntos proporcionamos apoyo y asistencia técnica para ayudar a los líderes de los países a planificar, implementar y monitorear programas de fortificación.

<http://ffinetwork.org/about/languages/spanish.html>
Correo electrónico: info@ffinetwork.org



Iniciativa de Fortificación de los Alimentos

Mejorar los cereales para una vida más sana





CÓMO FUNCIONA LA FORTIFICACIÓN

Al moler el trigo, el maíz y el arroz, se eliminan algunos de sus nutrientes naturales. La fortificación hace que las harinas y el arroz sean más nutritivos al agregar vitaminas y minerales durante el proceso de molienda.

Los molineros de trigo y maíz hacen esto agregando un polvo nutritivo llamado "premezcla" a la harina. Los molineros de arroz mezclan granos fortificados con forma de arroz o cubiertos de nutrientes con arroz no enriquecido. También pueden espolvorear el arroz molido con un polvo nutritivo.

La fortificación no requiere que los consumidores cambien sus hábitos de alimentación o de compras porque proporciona una nutrición extra a través de alimentos que ya se consumen.

Cuando se planifica, implementa y controla la fortificación, suministra vitaminas y minerales esenciales a amplios segmentos de la población. Esta es una estrategia eficaz, segura y económica.

BENEFICIOS PARA LA SALUD

La harina de trigo y de maíz y el arroz suelen fortificarse con hierro y ácido fólico.

El hierro es esencial para el desarrollo físico y mental del niño. Además, el hierro es necesario para la actividad física y la productividad laboral del adulto, y es fundamental para la salud de la mujer embarazada y su hijo por nacer.

El ácido fólico, una forma de la vitamina B9, disminuye el riesgo de defectos del tubo neural, como la espina bífida y la anencefalia. Estos defectos de nacimiento pueden provocar la discapacidad permanente o son fatales. Sin embargo, se pueden prevenir en gran parte si la madre tiene suficiente ácido fólico antes de quedar embarazada o en los primeros meses del embarazo.

Las vitaminas del complejo B--tiamina, riboflavina y niacina--suelen incluirse en la fortificación. Otras vitaminas y minerales que se agregan a veces son la vitamina B12, el zinc, la vitamina D y la vitamina A.



INVERSIÓN EN FORTIFICACIÓN

Los costos de capital para comenzar la fortificación varían mucho cada cereal, y el arroz es el más costoso.

El costo inicial depende en gran parte del número y los tipos de nutrientes. Los costos promedio de la premezcla por tonelada métrica de harina son los siguientes:

- Harina de trigo: USD 3 para enriquecer con hierro, ácido fólico y otras vitaminas del complejo B.
- Harina de maíz: USD 4 para enriquecer con hierro, zinc, vitamina A, ácido fólico y otras vitaminas del complejo B.

El precio promedio de los granos enriquecidos necesarios para una tonelada métrica de arroz fortificado es USD 13 si los granos enriquecidos incluyen hierro, zinc, vitamina A, ácido fólico y otras vitaminas del complejo B.

Si se trasladan todos los costos a los consumidores, el aumento del precio de la harina de trigo y la harina de maíz es mínimo. En el caso de arroz, los costos para los consumidores pueden aumentar sólo del 2% al 5%.

Enriquecer los cereales para evitar los defectos de nacimiento del tubo neural ha demostrado ser especialmente rentable. El ahorro neto anual registrado por agregar ácido fólico a la harina 2,3 millones de dólares internacionales en Chile, 40,6 millones de rand en Sudáfrica y 603 millones de dólares en los Estados Unidos.