

Fecha: 19-10-2020

Fuente: Newsbeezzer

Título: **Los expertos coinciden en que la falta de vitamina D va en aumento como consecuencia de la pandemia y advierten de los riesgos**Link: <https://newsbeezzer.com/chile/los-expertos-coinciden-en-que-la-falta-de-vitamina-d-va-en-aumento-como-consecuencia-de-la-pandemia-y-advierten-de-los-riesgos/>

Visitas: 35.274

Favorabilidad: No Definida

los Arrastrar.

Helia Molina, exministro de Salud y actual académico de la Universidad de Santiago de Chile; el pediatra de la Pontificia Universidad Católica de Chile, Arturo Borzutzky; y Francisco Pérez, Biólogo Director del Instituto de Nutrición y Tecnología de Alimentos de la Universidad de Chile, analizó el escenario actual donde cerca del 40% de la población chilena tiene deficiencia de vitamina D y no lo sabe, en un encuentro titulado "Vitamina D: dieta, exposición y suplementación". En este contexto, Helia Molina Detalla que "la vitamina D es fundamental para el metabolismo óseo, pero también hay muchos estudios que muestran una correlación con enfermedades crónicas, síndrome metabólico y cáncer.

Ahora también se ha visto que algunos riesgos se agravan en los adultos mayores y que incluso se puede asociar a fracturas de cadera ". El profesional también señaló que el problema se debe a "una pandemia que nos tiene encerrados y que no nos ha dejado tomar el sol, y que nos obliga a pensar en lo que está pasando con las poblaciones del extremo sur como Magallanes, que viven con una mínima radiación solar ". En opinión del director del INTA, Francisco Pérez, para suplir esta falta de vitaminas y así contrarrestar los problemas que conlleva "una buena idea sería mirar qué se está haciendo en países como Estados Unidos o los países nórdicos, que han tenido que fortificar alimentos, como el pan o leche.

También debemos recordar que la vitamina D se obtiene con la simple exposición al sol, haciendo ejercicio y comiendo de la manera correcta ". Esta idea fue compartida por Arturo Borzutzky, quien reconoció que el problema es transversal en la población chilena y que si bien entre las políticas públicas que se han implementado está la de complementar a los infantes hasta los 12 meses de vida "después de eso se deja a la voluntad del pueblo.

Creo que deberíamos establecer medidas constantes de vitamina D para quienes necesitan suplementar, porque, si no hay cambios, los costes asociados a esta deficiencia a largo plazo serán muy elevados ". Según los expertos, la matriz dietética que aporta vitamina D es muy limitada, por lo que la suplementación se hace necesaria especialmente en personas con patologías subyacentes y grupos de riesgo, como los ancianos.

"Chile es un país que está envejeciendo, cada vez tenemos más adultos mayores y eso va a tener un impacto en los niveles más altos de deficiencia de vitamina D", enfatizó Helia Molina. se debe notar que Charlas electrónicas Es un ciclo de conversaciones de futuro que buscan derribar mitos y concienciar sobre la realidad nacional en diferentes campos de la ciencia, la tecnología y la innovación junto a destacados especialistas de Chile y el mundo. Revive todo este capítulo en www.vitamida-d.cl Source link

Los expertos coinciden en que la falta de vitamina D va en aumento como consecuencia de la pandemia y advierten de los riesgos

19 de octubre de 2020, Fuente: Newsbeezzer

Los Académicos Helia Molina, exministro de Salud y actual académico de la Universidad de Santiago de Chile; el pediatra de la Pontificia Universidad Católica de Chile, Arturo Borzutzky; y Francisco Pérez, Biólogo Director del Instituto de Nutrición y Tecnología de Alimentos de la Universidad de Chile, analizó el escenario actual donde cerca del 40% de la población chilena tiene deficiencia de vitamina D y no lo sabe, en un encuentro titulado "Vitamina D: dieta, exposición y suplementación". En este contexto, Helia Molina Detalla que "la vitamina D es fundamental para el metabolismo óseo, pero también hay muchos estudios que muestran una correlación con enfermedades crónicas, síndrome metabólico y cáncer. Ahora también se ha visto que algunos riesgos se agravan en los adultos mayores y que incluso se puede asociar a fracturas de cadera ". El profesional también señaló que el problema se debe a "una pandemia que nos tiene encerrados y que no nos ha dejado tomar el sol, y que nos obliga a pensar en lo que está pasando con las poblaciones del extremo sur como Magallanes, que viven con una mínima radiación solar ". En opinión del director del INTA, Francisco Pérez, para suplir esta falta de vitaminas y así contrarrestar los problemas que conlleva "una buena idea sería mirar qué se está haciendo en países como Estados Unidos o los países nórdicos, que han tenido que fortificar alimentos, como el pan o leche. También debemos recordar que la vitamina D se obtiene con la simple exposición al sol, haciendo ejercicio y comiendo de la manera correcta ". Esta idea fue compartida por Arturo Borzutzky, quien reconoció que el problema es transversal en la población chilena y que si bien entre las políticas públicas que se han implementado está la de complementar a los infantes hasta los 12 meses de vida "después de eso se deja a la voluntad del pueblo. Creo que deberíamos establecer medidas constantes de vitamina D para quienes necesitan suplementar, porque, si no hay cambios, los costes asociados a esta deficiencia a largo plazo serán muy elevados ". Según los expertos, la matriz dietética que aporta vitamina D es muy limitada, por lo que la suplementación se hace necesaria especialmente en personas con patologías subyacentes y grupos de riesgo, como los ancianos. "Chile es un país que está envejeciendo, cada vez tenemos más adultos mayores y eso va a tener un impacto en los niveles más altos de deficiencia de vitamina D", enfatizó Helia Molina. se debe notar que Charlas electrónicas Es un ciclo de conversaciones de futuro que buscan derribar mitos y concienciar sobre la realidad nacional en diferentes campos de la ciencia, la tecnología y la innovación junto a destacados especialistas de Chile y el mundo. Revive todo este capítulo en www.vitamida-d.cl Source link