



SUPLEMENTOS ALIMENTICIOS Y NUTRICIÓN

Para entender la importancia que tienen los suplementos alimenticios es necesario partir por señalar que estos son productos nutricionales destinados para complementar la dieta habitual de las personas y convertirse en aliados en su nutrición.

De este modo, los suplementos alimenticios juegan un papel estratégico como herramienta legítima, para apoyar la nutrición de la población latinoamericana, por lo cual, la categoría cobra una gran relevancia al contribuir de forma positiva con la salud pública.

Ciertos estilos de vida o ingestas insuficientes provocan en las personas no obtengan los nutrientes necesarios con su alimentación; los factores son amplios y variados, por ejemplo:

- Estilos de vida o elecciones personales específicas, como algunas restricciones dietarias deliberadas que conllevan requerimientos nutricionales específicos
- Práctica de deportes específicos
- Dietas restrictivas como vegetarianismo/veganismo
- Imposibilidad de llevar una dieta equilibrada, variada y suficiente
- Requerimientos “aumentados” en situaciones específicas de la vida como el embarazo o la lactancia
- Ingestas insuficientes o alimentación subóptima debido al ritmo de vida

Ante ello, las pueden apoyarse en los suplementos alimenticios, pues contribuyen al mantenimiento y/o optimización del estado de salud.

Los suplementos provienen de la industria formal y cuentan con sustento científico, pues están compuestos por nutrientes e ingredientes legítimamente respaldados por las autoridades.

Como asociación interesada en el consumo responsable en los suplementos alimenticios, en ALANUR nos mantenemos en constante diálogo con las autoridades y la comunidad científica para proveer información objetiva que beneficie a la nutrición de las personas, y a partir de esto, optimizar la salud en América Latina.

Es importante mencionar que un suplemento alimenticio no sustituye a la dieta habitual de las personas, su función es completar los nutrimentos que cada organismo requiere para mantener un buen estado de salud.



Según un informe de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura, existen 42.5 millones de personas que viven con malnutrición en América Latina, lo cual representa el 6,5% de la población en la región¹.

Estamos conscientes que estamos frente a un gran reto, por eso, desde ALANUR, continuamos impulsando acciones de la mano de las autoridades, industria, y academia, para fomentar buenos hábitos nutricionales que impacten de manera positiva en la salud de la población y mejoren su calidad de vida.

Estamos convencidos de que los suplementos alimenticios pueden contribuir a generar una reducción en el gasto en salud pública, a través de una adecuada difusión con información precisa, con sustento científico, así como con una correcta regulación que, en conjunto, pueda beneficiar a los distintos sectores de la sociedad y potenciar los niveles nutricionales de Latinoamérica.

¹ El hambre afecta a 42,5 millones de personas en América Latina y el Caribe
<http://www.fao.org/americas/noticias/ver/es/c/1201490/>