

Stima globale delle inadeguatezze dei micronutrienti nella dieta: un'analisi modellistica

L'assunzione inadeguata di micronutrienti e le relative carenze rappresentano una sfida importante per la salute pubblica globale. Studi degli ultimi 10 anni hanno valutato le carenze globali di micronutrienti e gli apporti nutrizionali inadeguati, ma non sono state effettuate stime globali sull'assunzione inadeguata di micronutrienti. L'obiettivo di questo studio era quello di stimare la prevalenza globale di assunzioni inadeguate di 15 micronutrienti essenziali e identificare le lacune nutrizionali nella dieta in specifici gruppi demografici e paesi.

In questa analisi è stato adottato un nuovo approccio per stimare l'assunzione di micronutrienti. I ricercatori hanno utilizzato i dati del Global Dietary Database, della Banca Mondiale e delle indagini di richiamo della dieta in 31 Paesi per confrontare i requisiti nutrizionali con l'apporto nutrizionale delle popolazioni di 185 Paesi. I ricercatori hanno poi suddiviso le popolazioni in maschi e femmine appartenenti a 17 fasce d'età: da zero a 80 anni in un arco di cinque anni, oltre a un gruppo di ultraottantenni, per stimare il fabbisogno nutrizionale specifico per età e sesso e la prevalenza di un apporto inadeguato di nutrienti del 99,3% della popolazione mondiale. Sulla base delle stime dell'assunzione di nutrienti dal cibo (esclusi fortificazione e integrazione), più di 5 miliardi di persone non consumano abbastanza iodio (68% della popolazione mondiale), vitamina E (67%) e calcio (66%). Più di 4 miliardi di persone non consumano abbastanza ferro (65%), riboflavina (55%), acido folico (54%) e vitamina C (53%). Nello stesso paese e nello stesso gruppo di età, gli apporti inadeguati stimati erano più alti per le donne che per gli uomini per iodio, vitamina B12, ferro e selenio e più alti per gli uomini che per le donne per magnesio, vitamina B6, zinco, vitamina C, vitamina A, tiamina e niacina.

Questa analisi fornisce le prime stime globali di assunzioni inadeguate di micronutrienti utilizzando dati sull'assunzione alimentare, evidenziando divari altamente prevalenti tra i nutrienti e variabilità in base al sesso. Questi risultati possono essere utilizzati dagli operatori sanitari pubblici per rivolgersi alle popolazioni che necessitano di intervento.

FONTE

S Passarelli, CM Free, A Shepon, T Beal, C Batis, CD Golden "Global estimation of dietary micronutrient inadequacies: a modelling analysis"
Lancet Glob Health. 2024 Aug 29;S2214-109X(24)00276