

Desnutridas y olvidadas

Una crisis mundial de la nutrición de
las adolescentes y las mujeres

Resumen ejecutivo



unicef 
for every child



RESUMEN EJECUTIVO

En las últimas décadas se han registrado avances notables en lo que respecta a los derechos de las niñas adolescentes y las mujeres, pero millones de ellas siguen sin tener acceso a una alimentación nutritiva, a servicios de nutrición esenciales y a las prácticas de nutrición y cuidados necesarios para prevenir la malnutrición.

La desnutrición, las deficiencias de micronutrientes y la anemia agravan la brecha entre los géneros, debido a que merman la capacidad cognitiva de las niñas adolescentes y las mujeres y, por ende, sus posibilidades y sus ingresos; debilitan su inmunidad frente a las infecciones; y aumentan su riesgo de padecer complicaciones potencialmente mortales durante el embarazo y en el alumbramiento.

La nutrición deficiente de la madre también puede tener efectos debilitantes e incluso letales sobre los bebés y los niños y niñas de corta edad. La desnutrición, las carencias de micronutrientes y la anemia maternas aumentan el riesgo de parto prematuro y de muerte prenatal y neonatal, e impiden el desarrollo del feto. Esto último tendrá consecuencias en la nutrición, el crecimiento, el aprendizaje y la futura capacidad económica del niño o niña durante toda su vida.



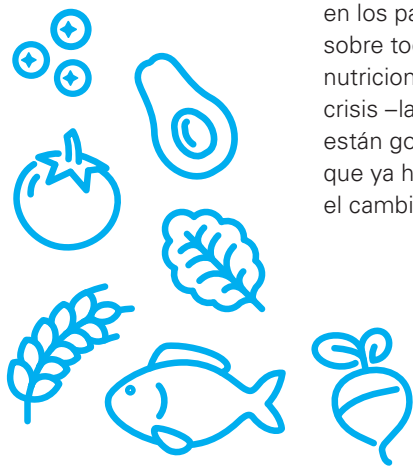
NUESTRA INVESTIGACIÓN

POR QUÉ DEBEMOS DAR PRIORIDAD A LA NUTRICIÓN DE LAS NIÑAS ADOLESCENTES Y LAS MUJERES

Este informe mundial examina el estado actual y las tendencias de la nutrición de las niñas adolescentes y las mujeres en edad reproductiva (de 15 a 49 años), y analiza las inequidades y las barreras que les impiden acceder a una alimentación nutritiva, recibir servicios de nutrición esenciales y beneficiarse de prácticas positivas de nutrición y cuidados.

Nuestro análisis se centra en la desnutrición, las deficiencias de micronutrientes y la anemia debido a que estas son las formas de malnutrición que afectan a las niñas adolescentes y las mujeres más vulnerables en los países de ingresos medianos y bajos, sobre todo en el contexto de la actual crisis nutricional y alimentaria. Los efectos de esta crisis –la más grave de la historia moderna– están golpeando con más dureza a los países que ya hacían frente a la pobreza, el conflicto y el cambio climático.

Hemos analizado datos sobre la insuficiencia ponderal y la anemia procedentes de más de 190 países y territorios que representan más del 90% de las niñas adolescentes y las mujeres de todo el mundo. Además, hemos empleado datos provenientes de encuestas nacionales para examinar las inequidades asociadas con la falta de variedad alimentaria y con la insuficiencia ponderal, la baja estatura y la anemia, y las que impiden el acceso de las niñas adolescentes y las mujeres a los servicios de nutrición esenciales. También hemos analizado los datos de cuatro informes regionales y de NutriDash (la plataforma digital de UNICEF para el monitoreo de la nutrición materna e infantil) acerca del estado de las políticas y los programas de nutrición para las niñas adolescentes y las mujeres. Asimismo, el informe aporta datos y pruebas sobre los efectos de las crisis actuales en la nutrición de las niñas adolescentes y las mujeres.



NUESTROS HALLAZGOS

LA CRISIS MUNDIAL DE NUTRICIÓN EN LAS NIÑAS ADOLESCENTES Y LAS MUJERES

Las conclusiones de nuestro informe revelan el lento progreso en lo que respecta a la nutrición de las niñas adolescentes y las mujeres, y muestran la interacción de los diversos factores que subyacen a esta crisis mundial.

El progreso en materia de nutrición de las niñas adolescentes y las mujeres es demasiado lento y amenaza con estancarse. Más de mil millones de niñas adolescentes y mujeres padecen desnutrición (que incluye la insuficiencia ponderal y la baja estatura), deficiencias de micronutrientes esenciales y anemia, con consecuencias devastadoras para su vida y su bienestar. La prevalencia de la insuficiencia ponderal entre las niñas adolescentes permanece invariable en un 8% desde el año 2000; en el caso de las mujeres se ha registrado tan solo un descenso mínimo, desde el 12% al 10% (véase la figura 1). La prevalencia de la anemia se mantiene constante en niveles altos (el 30%), y más de dos terceras partes de las niñas y las mujeres (el 69%) padecen carencias de micronutrientes.

Ninguna de las regiones va camino de alcanzar para 2030 las metas relativas a la reducción de la anemia entre las niñas adolescentes y las mujeres en un 50%, y a la reducción de los índices de bajo peso al nacer en un 30%. La actual crisis alimentaria y nutricional podría ralentizar aún más el progreso. Según nuestros cálculos, la cifra de mujeres embarazadas y lactantes gravemente malnutridas aumentó en un 25% entre 2020 y 2022 en 12 de los países más afectados por la actual crisis alimentaria y nutricional, desde un total de 5,5 millones a 6,9 millones de mujeres afectadas (véase la figura 2).

Las regiones más pobres y las niñas adolescentes y las mujeres desfavorecidas soportan la peor carga de desnutrición y anemia. Las regiones de Asia Meridional y África Subsahariana albergan al 68% de las niñas adolescentes y las mujeres que presentan insuficiencia ponderal y al 60% de las niñas adolescentes y las mujeres que padecen anemia (véase la figura 3), aunque se observan diferencias de prevalencia notables entre los países de una misma región y las regiones subnacionales dentro de un mismo país.

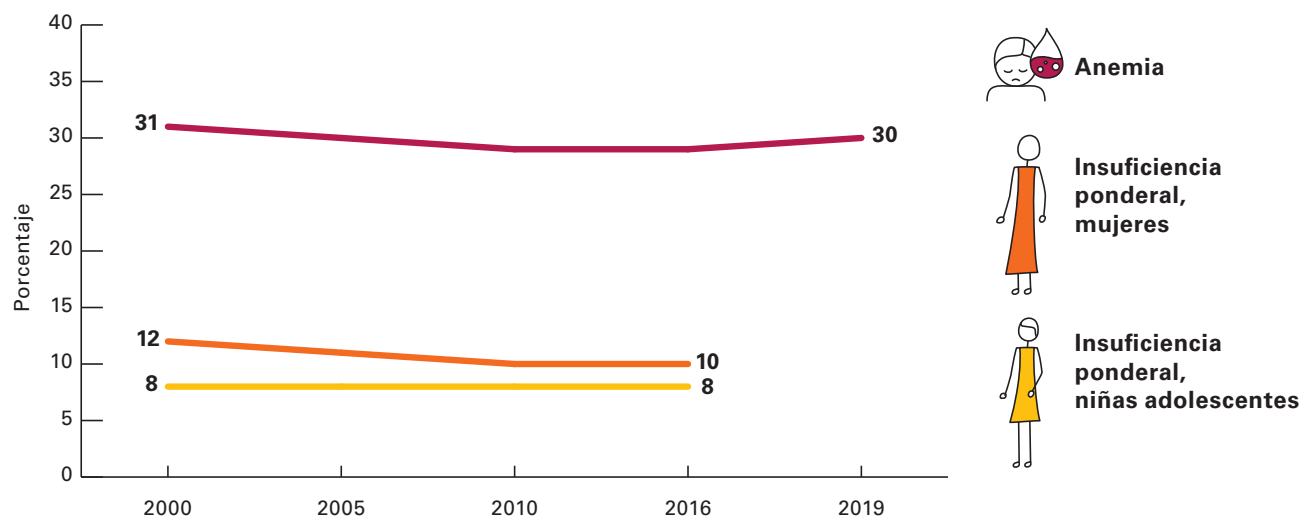


FIGURA 1: Tendencias en la prevalencia de la insuficiencia ponderal entre niñas adolescentes de 10 a 19 años y mujeres de 20 a 49 años, y en la prevalencia de la anemia entre niñas adolescentes y mujeres de 15-49 años

Fuente: Análisis de UNICEF basado en datos sobre la insuficiencia ponderal procedentes de NCD-RisC y datos sobre la anemia obtenidos del Observatorio Mundial de la Salud.

Las niñas y las mujeres que apenas han recibido educación, así como las que viven en zonas rurales o provienen de los hogares más pobres tienen más probabilidades de presentar insuficiencia ponderal, una estatura demasiado reducida y/o padecer anemia. Por ejemplo, la prevalencia del peso insuficiente entre las niñas adolescentes y las mujeres de los hogares más pobres es el doble que en los hogares más prósperos (un 14% frente a un 7%).

La nutrición deficiente se transmite de una generación a otra. La insuficiencia ponderal y la baja estatura de la madre en combinación con el bajo peso al nacer son casi siempre predictores de emaciación y retraso del crecimiento durante la primera infancia. Esto explica por qué la desnutrición infantil se concentra en las mismas regiones que la desnutrición materna: el 73% de todos los bebés nacidos con un peso inferior al normal y el 74% de todos los niños y niñas que presentan retraso del crecimiento viven en Asia Meridional y África Subsahariana.

En todo el mundo hay 51 millones de niños menores de dos años que padecen retraso del crecimiento. Estimamos que, en casi la mitad de estos casos, el retraso del crecimiento comienza durante la gestación y los seis primeros meses de vida, cuando el bebé depende por completo de la madre para alimentarse.

La crisis mundial alimentaria está agravando la crisis nutricional que afecta a las niñas adolescentes y las mujeres. La brecha entre los géneros con respecto a la inseguridad alimentaria ha aumentado en más del doble entre 2019 y 2021 (de 49 millones de niñas y mujeres afectadas en 2019 a 126 millones en 2021). Este aumento se debe a los efectos de la pandemia de COVID-19, que han golpeado de forma desproporcionada a las niñas y las mujeres de todo el mundo y han puesto en peligro sus medios de subsistencia, sus ingresos y su acceso a una alimentación nutritiva. Los estudios que realizamos en África Oriental y Meridional revelaron que, después de la pandemia, hasta cuatro de cada cinco mujeres embarazadas y lactantes se encontraban en situación

La malnutrición aguda materna ha aumentado un 25 por ciento en los países afectados por la crisis

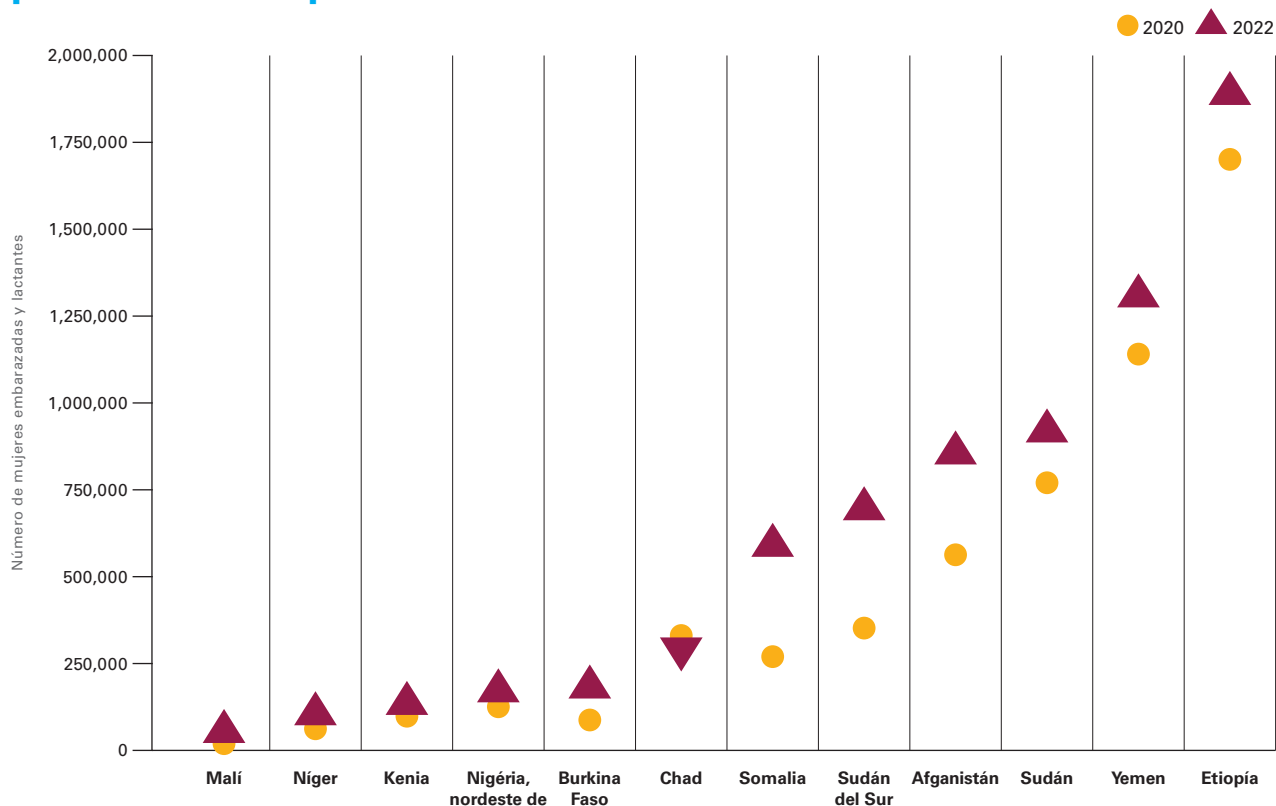


FIGURA 2: Número de mujeres embarazadas y lactantes que padecen malnutrición aguda en 12 países afectados por la crisis alimentaria y nutricional, 2020 y 2022

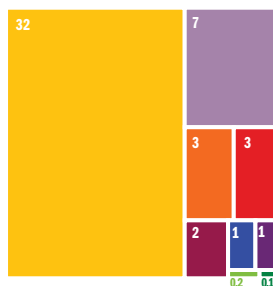
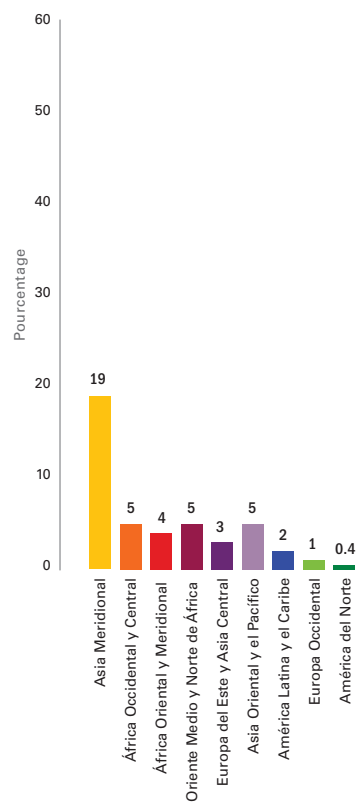
Fuente: Informes de la Clasificación Integrada de la Seguridad Alimentaria en Fases sobre la situación de la malnutrición aguda; Informes sobre el panorama general de las necesidades humanitarias; Planes de respuesta humanitaria; Encuestas de Seguimiento y Evaluación Normalizados del Alivio y la Transición; y vigilancia de la seguridad alimentaria y la nutrición.

La nutrición de las niñas adolescentes y las mujeres es deficiente en todas las regiones, pero hay algunas regiones más afectadas que otras



Niñas adolescentes con insuficiencia ponderal

Porcentaje de niñas de entre 10 y 19 años con insuficiencia ponderal, por región, 2016

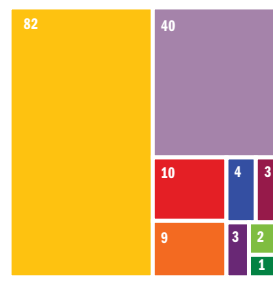
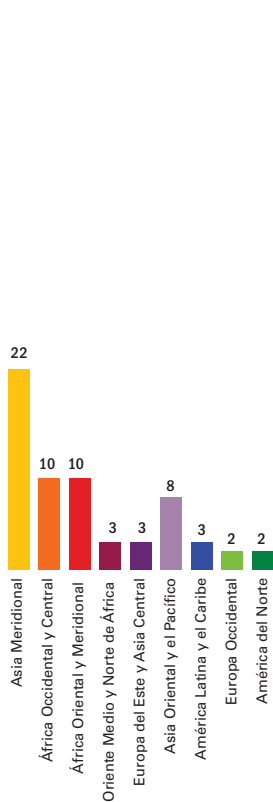


Número de niñas de entre 10 y 19 años con insuficiencia ponderal, por región (en millones)



Mujeres con insuficiencia ponderal

Porcentaje de mujeres de entre 20 y 49 años con insuficiencia ponderal, por región, 2016

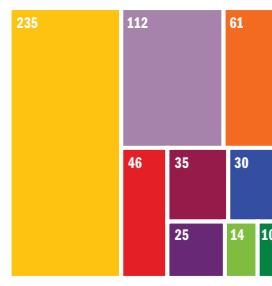
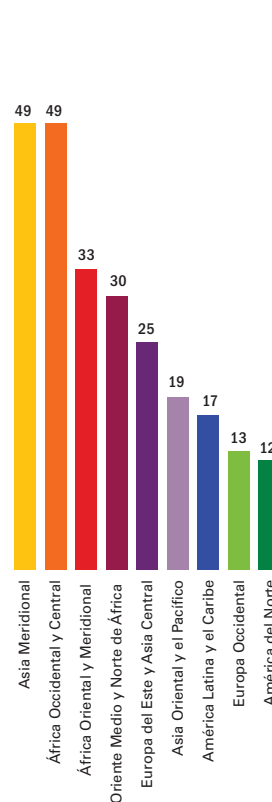


Número de mujeres de entre 20 y 49 años con insuficiencia ponderal, por región (en millones)



Anemia

Porcentaje de mujeres de entre 15 y 49 años con anemia, por región, 2019



Número de mujeres de 15 a 49 años con anemia, por región (en millones)

FIGURA 3: Prevalencia de la insuficiencia ponderal entre niñas adolescentes de 10 a 19 años y mujeres de 20 a 49 años; prevalencia de la anemia entre niñas adolescentes y mujeres de 15 a 49 años; y cifras de afectadas (en millones), por región de UNICEF

Fuente: Análisis de UNICEF basado en datos sobre la insuficiencia ponderal procedentes de NCD-RisC y datos sobre la anemia obtenidos del Observatorio Mundial de la Salud.

de inseguridad alimentaria, y más de dos terceras partes habían disminuido su consumo de alimentos de uno de los grupos como mínimo.

También el conflicto, el cambio climático, la pobreza y otras perturbaciones económicas han afectado desproporcionadamente a las niñas adolescentes y las mujeres. El efecto combinado de las crisis mundiales y locales continuará deteriorando la situación nutricional de las niñas adolescentes y las mujeres en 2023.

Las niñas adolescentes y las mujeres enfrentan dificultades para acceder a dietas nutritivas. Es preocupante la escasa diversidad que contienen las dietas de las niñas adolescentes y las mujeres, sobre todo en los países frágiles. Menos de una de cada tres niñas adolescentes y mujeres consumen dietas con la variedad mínima necesaria en países como el Afganistán (el 26%), Burkina Faso (el 17%), Burundi (el 12%) y el Sudán (el 10%). En el Níger, el porcentaje de mujeres que tienen acceso a una dieta mínimamente variada descendió desde el 53% al 37% entre 2020 y 2022.

Existe la preocupación de que, por causa del aumento de la pobreza y las inequidades en los países de ingresos medianos y bajos, millones de niñas y mujeres se vean abocadas a consumir alimentos baratos que están ultraprocesados y son nocivos, pobres en nutrientes esenciales y ricos en sal, azúcares y grasas saturadas.

Las normas y convenciones sociales y de género obstaculizan el progreso en materia de nutrición. Las normas y prácticas discriminatorias limitan el acceso de las niñas adolescentes y las mujeres a una alimentación nutritiva, a servicios de nutrición esenciales y a cuidados nutricionales, debido a que restringen su autonomía para tomar decisiones; impiden su acceso a factores productivos como la educación, la tierra, el financiamiento y las redes sociales; aumentan la carga de trabajo doméstico que recae sobre ellas; y disminuyen sus oportunidades laborales. Estas disparidades de género arraigadas suelen acentuarse aún más en tiempos de crisis alimentaria y nutricional.

El matrimonio precoz y el embarazo en la adolescencia constituyen violaciones flagrantes de los derechos de la infancia, y tienen consecuencias muy negativas en la nutrición y el bienestar de las niñas adolescentes y su progenie. Aunque el número de embarazos en la adolescencia está descendiendo, aún hay casi 12 millones de bebés que nacen de madres de entre 15 y 19 años que aún no han terminado su propio crecimiento, la mayoría de ellos (el 66%) en Asia Meridional y África Subsahariana.

Los servicios de nutrición y los programas de protección social no están respondiendo a las necesidades nutricionales de las niñas adolescentes y las mujeres, sobre todo en contextos humanitarios.

Los servicios de nutrición no están llegando a las niñas adolescentes y las mujeres porque ni son lo bastante equitativos ni tienen la cobertura adecuada. Por ejemplo, solo dos de cada cinco mujeres embarazadas (el 43%) reciben suplementos de hierro y ácido fólico para prevenir la anemia materna, y solo en 29 países de ingresos medianos y bajos las madres reciben suplementos de micronutrientes múltiples durante el embarazo, un tratamiento que en los países de ingresos altos constituye la norma.

Las crisis humanitarias dificultan aún más el acceso a los servicios de nutrición y apoyo, precisamente cuando las niñas adolescentes y las mujeres son más vulnerables. Por ejemplo, en el Afganistán, el programa que semanalmente ofrecía suplementos de hierro y ácido fólico a las niñas adolescentes en las escuelas de toda la nación tuvo que suspenderse en agosto de 2021 cuando se prohibió a las niñas asistir a la escuela. También hay disparidades persistentes en el alcance y la idoneidad de la cobertura de protección social que se destina a las mujeres durante las situaciones de crisis. Por ejemplo, durante la pandemia de COVID-19, solo un 12% de las respuestas de protección social tenían por objeto velar por la seguridad económica de las mujeres.

Las niñas adolescentes y las mujeres no cuentan con políticas estrictas que las protejan frente a la desnutrición. Nuestra evaluación de las ocho políticas clave sobre nutrición de las niñas adolescentes y las mujeres en relación con tres sistemas (alimentación, salud y protección social) reveló que solo el 8% de los países cuentan con las ocho políticas, mientras que el 39% de los países cuenta con tan solo cuatro políticas o menos. Esta omisión dificulta la coherencia normativa, así como las acciones para mejorar la nutrición en diversos sistemas y sectores a la vez.

Por otra parte, la falta de datos, pruebas e indicadores sobre la situación nutricional de las niñas adolescentes y las mujeres socavan las iniciativas orientadas a propiciar la toma de decisiones normativas adecuadas, evaluar el progreso y pedir cuentas a los responsables. Por ejemplo, solo en el 60% de los países se vigila la administración de suplementos de hierro y ácido fólico a las embarazadas, y solo en el 36% se vigila que reciban orientación nutricional.

NUESTRO ANÁLISIS

BARRERAS A LA NUTRICIÓN ÓPTIMA DE LAS NIÑAS ADOLESCENTES Y LAS MUJERES



El alcance y las consecuencias de la desnutrición, las deficiencias de micronutrientes y la anemia en las niñas adolescentes y las mujeres se está infravalorando y pasando por alto tanto en las familias como en la sociedad, los gobiernos, las comunidades humanitarias y de desarrollo, el ámbito académico y de investigación, los medios de comunicación y el sector privado. Si no adoptamos medidas firmes, nuestra respuesta seguirá siendo insuficiente para las niñas adolescentes y las mujeres, y pondremos en peligro la supervivencia, el crecimiento y el desarrollo de su progenie.

Nuestro análisis revela que el estado nutricional de las niñas adolescentes y las mujeres está determinado por diversos factores que varían según el contexto. Por ejemplo, en los países de ingresos medianos y bajos, la desventaja económica se combina con normas y prácticas sociales y de género perjudiciales, leyes discriminatorias, políticas de protección inadecuadas y programas y servicios de nutrición deficientemente aplicados y

financiados que en definitiva privan a las niñas y las mujeres de los alimentos nutritivos, los servicios de nutrición esenciales y las prácticas y cuidados nutricionales que necesitan para prosperar y llevar una vida digna.

La comunidad mundial no está respondiendo con políticas, programas e iniciativas que hagan efectivo el derecho de todas las niñas adolescentes y las mujeres a una buena nutrición. Es fundamental reforzar diversos sistemas –en especial el alimentario, el de salud y el de protección social– para poder ofrecer alimentos nutritivos y asequibles, servicios nutricionales esenciales y prácticas óptimas de atención y nutrición a todas las niñas adolescentes y las mujeres, abordando al mismo tiempo las necesidades específicas del embarazo y la lactancia y dando prioridad a las más vulnerables.

La nutrición de las niñas adolescentes, las mujeres y su progenie plantea un panorama inmediato extremadamente preocupante, pues las dificultades que enfrentan las niñas adolescentes y las mujeres siguen aumentando. Como consecuencia de la subida del precio de los alimentos y el combustible, de los conflictos y la inestabilidad, y de los fenómenos meteorológicos extremos provocados por el cambio climático y la degradación medioambiental –como las devastadoras sequías en el Cuerno de África y el Sahel y las inundaciones en Pakistán–, cada vez resulta más difícil para millones de niñas adolescentes y mujeres satisfacer sus necesidades nutricionales.

En vista de las presiones crecientes que afectan a la seguridad alimentaria y nutricional, y de que nos vamos acercando a la fecha límite para alcanzar las metas mundiales referidas a la nutrición, los gobiernos y los aliados para el desarrollo y la acción humanitaria (nacionales e internacionales) deben asumir el mando a fin de acelerar el progreso en la nutrición de las niñas adolescentes y las mujeres.



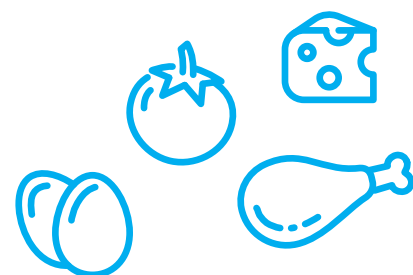
LA VÍA PARA SALIR DE LA CRISIS DE NUTRICIÓN

La vía para salir de la crisis de nutrición que afecta a las niñas adolescentes y las mujeres es evidente. Los gobiernos – en colaboración con sus aliados para el desarrollo y la acción humanitaria, organizaciones nacionales e internacionales de la sociedad civil, medios de comunicación, centros académicos y de investigación y el sector privado – deben intervenir ahora para fortalecer la gobernanza en materia de nutrición, activar los sistemas alimentarios, de salud y de protección social y transformar las normas sociales y de género nocivas, con el fin de ofrecer dietas nutritivas y asequibles, servicios nutricionales básicos y prácticas positivas de atención y nutrición a las niñas adolescentes y las mujeres de todo el mundo. Las siguientes actuaciones son fundamentales para impulsar el cambio:

Una gobernanza de la nutrición que beneficie a las niñas adolescentes y las mujeres

- **Promover iniciativas más audaces y efectivas para movilizar las instituciones, aprovechar los recursos e impulsar las actuaciones en torno a la nutrición de las niñas adolescentes y las mujeres.** Es preciso que los dirigentes dediquen más atención a la necesidad urgente de mejorar la nutrición de las niñas y las mujeres, y que movilicen a las instituciones y las partes interesadas, así como los recursos necesarios, para cerrar brechas en las políticas, los programas y los servicios.
- **Reunir datos y pruebas para orientar las decisiones sobre las políticas y los programas, y fortalecer la rendición de cuentas con respecto a la nutrición de las niñas adolescentes y las mujeres.**

Los gobiernos y sus aliados deberán invertir en encuestas, investigaciones y evaluaciones con el fin de hallar soluciones idóneas para mejorar la alimentación, los servicios nutricionales y las prácticas de nutrición y cuidados destinados a las niñas adolescentes y las mujeres; así como dar seguimiento a la evolución de esas mejoras.



Sistemas alimentarios y dietas nutritivas

- **Mejorar el acceso de todas las niñas adolescentes y las mujeres a alimentos nutritivos, en especial frutas, verduras, huevos, pescado, carne y alimentos enriquecidos.** Los gobiernos deben facilitar incentivos y subvenciones para mejorar el suministro y la asequibilidad de alimentos nutritivos, y promulgar y aplicar normas obligatorias sobre el enriquecimiento de los alimentos básicos en los contextos donde las deficiencias de nutrientes sean habituales.
- **Implementar políticas y medidas jurídicas obligatorias que protejan a las niñas adolescentes y las mujeres frente a los alimentos y bebidas ultra procesados y pobres en nutrientes.** Los gobiernos deben fomentar los entornos alimentarios saludables, y para ello aplicarán una combinación de políticas y medidas jurídicas que, por ejemplo, dispongan el etiquetado obligatorio en la parte frontal del envase, restrinjan la comercialización y graven con impuestos los alimentos y bebidas nocivos.

Servicios nutricionales y programas de protección social

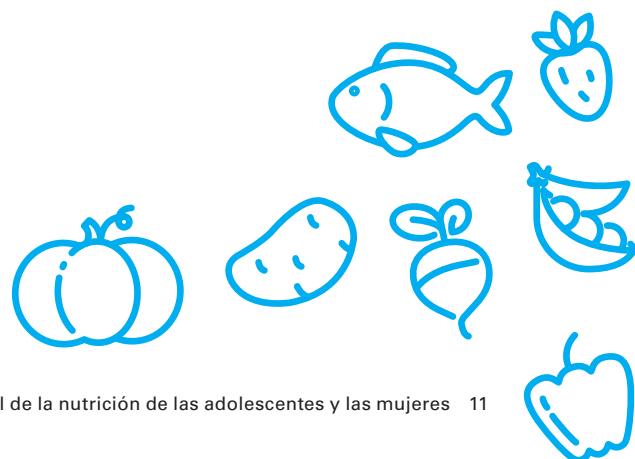
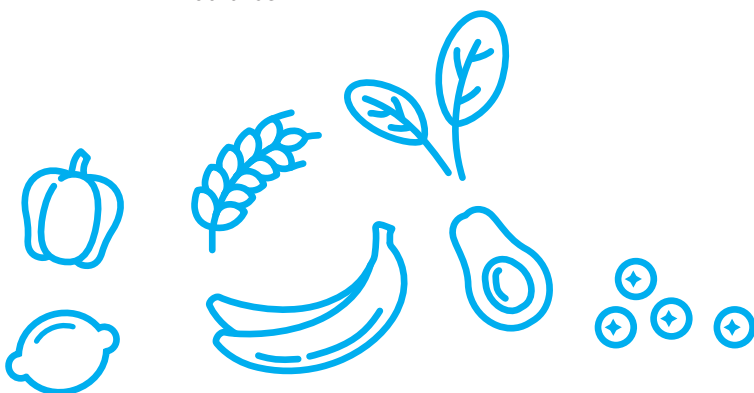
- **Mejorar el acceso de las niñas adolescentes y las mujeres a los servicios de nutrición esenciales que se prestan antes y durante el embarazo y en el periodo de lactancia, en particular en situaciones de crisis humanitaria.** Los gobiernos y los aliados deberán ampliar la cobertura –por ejemplo, mediante plataformas de prestación de servicios en comunidades y escuelas– y facilitar el acceso gratuito a suplementos de micronutrientes durante el embarazo.
- **Ampliar el acceso a programas de transferencia social destinados a las niñas adolescentes y las mujeres, especialmente en entornos frágiles y de crisis humanitaria.** Los gobiernos y los aliados deberán poner en marcha programas de transferencia social (transferencias de efectivo, alimentos o cupones) con el fin de promover el acceso de las niñas adolescentes y las mujeres a dietas variadas y nutritivas.

Prácticas de nutrición y cuidados

- **Difundir consejos sobre prácticas de nutrición y cuidados entre las niñas adolescentes, las mujeres y el público general mediante diversos canales de comunicación, como medios impresos y digitales y redes sociales.** Los gobiernos y los aliados deben poner más empeño en concienciar sobre la enorme importancia que tienen las dietas nutritivas y los suplementos de micronutrientes, y en estimular el deseo por los alimentos nutritivos.
- **Fortalecer la cobertura y la calidad del asesoramiento para que las niñas adolescentes, las mujeres y sus familiares sean capaces de tomar decisiones y actuar con el fin de mejorar su nutrición.** Es preciso que los gobiernos y sus aliados inviertan en la contratación, formación y supervisión de trabajadores de ámbito comunitario que presten servicios de orientación y apoyo de calidad a las niñas, las mujeres y los miembros influyentes de la familia.

Empoderamiento social y económico

- **Instaurar políticas de género transformadoras y medidas jurídicas que refuercen el empoderamiento social y económico de las niñas adolescentes y las mujeres.** Los gobiernos deben asegurar que las niñas y mujeres estén protegidas por ley frente al matrimonio precoz, que gocen de los mismos derechos a la herencia y la propiedad que los hombres, y que puedan beneficiarse de políticas de protección de la maternidad y otras políticas favorables a la familia.
- **Agilizar la eliminación de las normas sociales y de género discriminatorias, para que las niñas adolescentes y las mujeres puedan ejercer sus derechos a los alimentos y la nutrición.** Es preciso que los gobiernos y los aliados colaboren estrechamente en la promoción de normas sociales equitativas que, por ejemplo, erradiquen el matrimonio precoz y dispongan el reparto equitativo de los alimentos, los recursos y las tareas en el hogar.



© Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF)

Marzo de 2023

Citación sugerida: Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). Desnutridas y Olvidadas: Una Crisis Mundial de la Nutrición de las Adolescentes y las Mujeres. Serie de informes sobre nutrición infantil de UNICEF, 2022. UNICEF, Nueva York, 2023.

Se requiere permiso para reproducir cualquier parte de esta publicación. Las instituciones educativas y las organizaciones sin ánimo de lucro obtendrán autorización gratuita.

Publicado por:

UNICEF

Sección de Nutrición y Desarrollo Infantil, Grupo de Programas

3 United Nations Plaza

Nueva York, NY 10017, EE.UU

Créditos fotográficos: página 2: © UNICEF/UN0752959/Dejongh;

página 4: © UNICEF/UN0493505/Dejongh; página 9: © UNICEF;

página 10: © UNICEF/UN0727241/Briceño