

PLANETA**QUÉ CURIOSO**

Los bebés humanos desde los ocho meses son capaces de provocar en broma y los grandes simios parece que tienen el mismo comportamiento de hacer bur-las juguetonas a sus compañeros.

PARA PENSAR

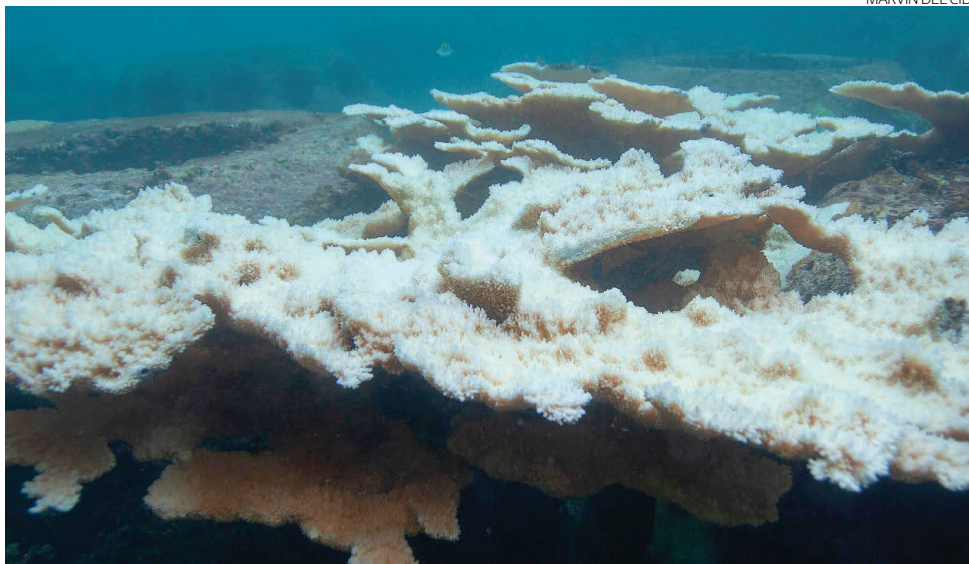
“La juventud es el futuro de las comunidades rurales”

Papa Francisco

En dos años se perdió cerca del 50% de la cobertura coralina en la región Este

● La enfermedad de los corales duros y el blanqueamiento por altas temperaturas son los principales causantes de la reducción

MARVIN DEL CID



Coral *Acropora palmata*, blanqueado por altas temperaturas en el mar en Bayahíbe.

Marvin del Cid

SD. En el 2024, un preocupante panorama se reveló en el Santuario Marino Arrecifes del Sureste (SAMAR), donde un monitoreo exhaustivo arrojó cifras alarmantes sobre la salud de los arrecifes.

Un informe de la Fundación Dominicana de Estudios Marinos (Fundemar) evaluó 15 arrecifes en cinco localidades de la región Este de la República Dominicana, y encontró que la cobertura de coral vivo había alcanzado sus niveles más bajos desde 2020, oscilando entre un 2.6% y un máximo del 16.9%. Más aún, se observó una alta cobertura de macroalgas, oscilando entre el 53.4% y el 86.2%.

En el referido informe enviado a *Diario Libre*, Fundemar evaluó arrecifes en la zona sur del SAMAR, entre la isla Catalina y la isla Saona.

La isla Catalina destacó como un refugio relativo, con una cobertura promedio de coral vivo entre el 11% y el 17%, seguida por Minitas con un modesto 6-10

%. Sin embargo, en otras localidades, la situación era desoladora, con coberturas de coral tan bajas como del 3 al 11%, siendo el arrecife conocido como Playita el más afectado.

Cambio radical

Este declive vertiginoso se atribuye en gran medida al impacto devastador de la Enfermedad de Pérdida de Tejido de Coral Duro (SCTLD), que hizo su primera aparición en Saona en 2022, pro-

pagándose rápidamente a otras áreas del SAMAR.

A esto se suma un blanqueamiento masivo ocurrido durante el verano de 2023, ocasionando reducciones dramáticas en la cobertura de coral en todas las localidades, con Catalina experimentando una disminución de hasta el 60% y un estimado de 45-57% en todo el SAMAR.

La directora ejecutiva de Fundemar, Rita Sellares, dijo a *Diario Libre* que en 20 años

no había visto un cambio tan radical en los arrecifes.

“En dos años hemos perdido entre un 45% y un 60%. Yo sospecho que la pérdida será aún mayor, cuando levantemos los datos nuevos en el mes de marzo. Por eso la importancia de preservar las colonias coralinas resilientes y asegurar que se disminuya cualquier presión local que pueda matarlas”, sostuvo.

Al evaluar la prevalencia de enfermedades, se destacó la alarmante frecuencia de blanqueamiento (17-44%), palidez (10-19%) y mortalidad reciente (5-15%).

Estrés térmico

De acuerdo a los especialistas, estos eventos son indicadores claros de estrés térmico constante, donde los corales pierden sus zooxantelas, su fuente principal de energía, oxígeno y dióxido de carbono, volviéndolos más susceptibles a enfermedades e infecciones.

Además, se ha observado una correlación temporal entre el impacto de la SCTLD, el blanqueamiento y la palidez, siendo más prevalentes en el otoño-invierno como resultado de las altas temperaturas del verano. Las especies más afectadas por el blanqueamiento fueron *Agaricia agaricites* (AGAA) y *Porites* spp.

El impacto sinérgico del blanqueamiento y las enfermedades como la SCTLD ha generado una supresión inmune en los corales, lo que puede resultar en disminuciones significativas durante varios años. Esta realidad representa una amenaza inminente para los ecosistemas marinos y exige una acción urgente por parte de la comunidad científica, los gobiernos y la sociedad civil. ●

Labores de monitoreo continuo

📎 La bióloga marina, María Villalpando, quien analizó los datos para el informe, dijo a *Diario Libre* que fue posible registrar estos grandes impactos gracias a monitoreos bianuales que se hacen en el Santuario Marino Arrecifes del Sureste. Fundemar y The Nature Conservancy, junto a Cap Cana y Fundación Grupo Puntacana, mantienen un monitoreo continuo en la zona, para poder detectar cualquier cambio en los arrecifes y poder así tomar las medidas correspondientes. Así también Fundemar y Fundación Grupo Puntacana se encuentran ampliando sus centros de investigaciones marinas, con el fin de escalar los procesos de restauración, gracias al apoyo de diferentes proyectos internacionales.

Diario de nutrición

Dra. Erika Pérez Lara

Suplementos de potasio: ¿necesarios o no?

El potasio es un electrolito crucial para el funcionamiento adecuado del cuerpo humano, desempeñando un papel vital en la regulación del equilibrio de líquidos, la función muscular y nerviosa, y la salud cardiovascular. Dada su importancia, ha surgido interés en el uso de suplementos de potasio para mejorar la salud y prevenir enfermedades. Sin embargo, la necesidad real de suplementos de potasio en individuos sanos y aquellos con ciertas condiciones médicas aún está en debate.

El potasio es un mineral esencial que desempeña múltiples funciones, incluyendo la regulación de la presión arterial, la contracción muscular, la transmisión nerviosa y el equilibrio de líquidos. Se encuentra naturalmente en una variedad de alimentos, como frutas (ej. Naranjas, guineo, fresas), leguminosas (ej. habichuelas, lentejas), tubérculos (ej. plátano, batata), verduras, lácteos, grasas saludables como el aguacate y pescado. Sin embargo, en algunos casos, el consumo dietético puede no ser suficiente para satisfacer las necesidades individuales, lo que ha llevado al uso de suplementos de potasio como una posible solución.

Varios estudios epidemiológicos han demostrado una asociación inversa entre la ingesta de potasio y el riesgo de enfermedades cardiovasculares, como la hipertensión y el accidente cerebrovascular (Geleijnse et al., 2004; Aburto et al., 2013). Además, el potasio también está involucrado en la función muscular y nerviosa. La hipopotasemia (niveles bajos de potasio en sangre) puede provocar debilidad muscular, calambres e incluso arritmias cardíacas graves (Unwin et al., 2018). Si bien la evidencia respalda la importancia del potasio para la salud, la utilidad de los suplementos en la población general es objeto de controversia. Estudios han demostrado que la mayoría de las personas obtienen suficiente potasio de su dieta habitual y que los suplementos pueden no ser necesarios, e incluso pueden plantear riesgos para ciertos grupos de personas, como aquellos con enfermedad renal o en tratamiento con ciertos medicamentos (Khan et al., 2013; Palmer, 2017).

Además, la absorción de potasio a través de los suplementos puede ser menos eficiente en comparación con los alimentos naturales, lo que limita su beneficio potencial (He et al., 2016). Algunos estudios también han sugerido que el aumento de la ingesta de potasio a través de suplementos podría no tener los mismos efectos beneficiosos que la ingesta a través de alimentos integrales en términos de salud cardiovascular (Whelton et al., 2017).

Aunque el potasio es esencial para la salud, los suplementos pueden no ser necesarios para la mayoría de las personas, especialmente porque la cultura dominicana tiene en su estructura muchos alimentos ricos en potasio. Mientras tanto, se recomienda enfocarse en una dieta equilibrada y variada como la principal fuente de potasio para promover la salud cardiovascular y general. ●

Para comunicarse con la Dra. Erika Pérez Lara, nutrióloga clínica, escriba a erikapereznutricion@gmail.com
Instagram: @dra.erikaperezl