

## Propiedades nutricionales del cushuro (*Nostoc sphaericum*) su potencial como suplemento alimenticio contra la anemia y la desnutrición

El cushuro (*Nostoc sphaericum*) es una alga esférica y gelatinosa conocida por sus extraordinarias propiedades nutricionales, utilizada desde la época prehispánica en las zonas altoandinas como un alimento complementario esencial. En el apartado de revisión de Corpus-Gomez et al.<sup>1</sup>, titulado "Cushuro (*Nostoc sphaericum*): Hábitat, características fisicoquímicas, composición nutricional, formas de consumo y propiedades medicinales", se explora de manera integral su hábitat en lagunas altoandinas a más de 3000 msnm, detallando su rica composición química, sus altos niveles de proteínas y hierro. Al contrario, Canchari Suarez et al.<sup>2</sup>, en su estudio de revisión sistemática "Nostoc una alternativa como suplemento nutricional para combatir la anemia: RSL", enfocan su investigación de manera específica en el impacto del consumo de esta alga dentro de la industria alimentaria frente a crisis de salud pública crítica en el Perú, tales como la anemia infantil y la desnutrición crónica.

Los estudios de Corpus-Gomez et al.<sup>1</sup> y Canchari Suarez et al.<sup>2</sup> resaltan el valor biológico del cushuro, destacando su alta concentración de hierro, proteínas y otros nutrientes esenciales. Ambos enfatizan su relevancia en la alimentación, especialmente para gestantes y niños, pero presentan enfoques diferentes. Corpus-Gomez se concentra en aspectos generales del alga, mientras que Canchari Suarez se enfoca en innovaciones industriales para combatir la anemia en regiones específicas. Ambos consideran el cushuro un superalimento, pero con aplicaciones distintas.

### Referencias:

1. Corpus-Gomez, A., Alcantara-Callata, M., Celis-Teodoro, H., Echevarria-Alarcón, B., Paredes-Julca, J., & Paucar-Menacho, L. M. (2021). Cushuro (*Nostoc sphaericum*): Hábitat, características fisicoquímicas, composición nutricional, formas de consumo y propiedades medicinales. *Agroindustrial Science*, 11(2), 231-238.
2. Canchari Suarez, M. L., Juñuruco Flores, M., Larrea Cerna, C. O., & Alvarado León, D. E. (2024). Nostoc una alternativa como suplemento nutricional para combatir la anemia: RSL. *Revista de Investigación Científica y Tecnológica Llamkasun*, 5(1), 2-7.