



El *Libro blanco de la nutrición*: estado de situación, recomendaciones y propuestas

16-04-2013

El *Libro blanco de la nutrición en España* recoge por primera vez, y de manera integrada y pluridisciplinar, las debilidades, amenazas, fortalezas y oportunidades de la nutrición en España. Ofrece un estado de situación muy actualizado, y formula recomendaciones y propuestas de presente y futuro.

El pasado 20 de marzo se presentó en Madrid el *Libro blanco de la nutrición en España*, un estudio realizado tras la firma de un convenio establecido entre la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (Aesan) y la Federación Española de Nutrición (Fen). La obra se articula en nueve grandes módulos, con un total de 65 capítulos, elaborados por más de 100 autores reconocidos en el campo de la nutrición o materias afines, muchos de ellos representantes del mundo científico, académico, comunitario y/o clínico.

En la presentación del libro intervinieron la secretaria general de Sanidad y Consumo, **Pilar Farjas**; **Gregorio Varela Moreiras**, presidente de la Fundación Española de la Nutrición (Fen) y catedrático de Nutrición y Bromatología de la Universidad CEU San Pablo; **Fernando Burgaz Moreno**, director general de la Industria Alimentaria del Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente; y **Montserrat Grañeras**, del Centro Nacional de Innovación e Investigación (CNIIE) del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.

Gregorio Varela dio a conocer de forma descriptiva cada uno de los módulos que configuran la edición y explicó que *“la obra, fundamentalmente práctica, supone una hoja de ruta para el ciudadano, y se diferencia de otros escritos hasta la fecha gracias al análisis Dafo (debilidades, amenazas, fortalezas y oportunidades) que incluye”*.

Plan de nutrición y salud para las personas mayores

El primer módulo de la obra está dedicado a la salud nutricional de la población española, abarcando en sus distintos capítulos todos los grupos de población y los distintos estados fisiológicos y etapas de la vida. Uno de los datos preocupantes que se desprende de esta parte del libro es que uno de cada cuatro mayores sufre desnutrición, especialmente mayores de 80 años que viven solos. A

raíz de este dato, la Fen ha propuesto un plan de Nutrición y Salud para personas mayores, que incluya el envejecimiento activo. En el mismo sentido, el presidente de la Fen, Gregorio Varela Moreiras lamentó que al colectivo de ancianos que padece esta problemática no se les dedica suficiente atención. Varela denunció así mismo, que muchos hospitales no tienen unidad de geriatría.

¿Nos alejamos de la dieta mediterránea?

“Somos unos privilegiados por la posibilidad que tenemos de alimentarnos”, señaló Varela, al tiempo que valoró la dieta mediterránea como patrimonio de la humanidad asegurando que *“La gastronomía española es líder a nivel mundial y por ello tenemos la posibilidad de tener un buen estado nutricional”*.

Sin embargo, el mismo Varela lamentó que los ciudadanos se estén alejando de la dieta mediterránea. A este respecto, explicó que, si bien el consumo de verduras y frutas es bajo, *“es de los más elevados del continente europeo. Somos envidiados por otros”,* aseguró. Además, el aporte de hidratos es inferior a lo deseado y, el de proteínas, superior. Por su parte, la ingesta de grasas es abundante, aunque la calidad de la misma es buena. También comentó que el aporte de zinc y calcio es *“escaso”*.

Además del citado primer módulo sobre la salud nutricional de la población española, por grupos de población y etapas de la vida; la obra incluye un segundo módulo, que trata sobre los componentes de la dieta y las recomendaciones nutricionales; el tercero, que aborda el tema de los hábitos alimentarios. El cuarto módulo está dedicado a las patologías asociadas a la nutrición; el quinto, se enfoca en la denominada ‘nutrición en instituciones’ derivada del fenómeno creciente de la Alimentación Institucional, y además a lo largo de todas las etapas de la vida; el sexto se centra en la educación en alimentación y nutrición; en el octavo módulo se hace un recorrido por la investigación en nutrición; y en el noveno y último se abarcan temas de enorme interés como la vida activa y/o sedentarismo, la seguridad alimentaria y la legislación e implantación de las declaraciones de salud en los alimentos, los numerosos errores y mitos en materia nutricional, etc.

Descárgate el [Libro blanco de la nutrición en España](#)