

IV Congreso de Alimentación, Nutrición y Dietética. Nutrición personalizada y dietética de precisión.



ACADEMIA
ESPAÑOLA DE
NUTRICIÓN
Y DIETÉTICA



CONSEJO GENERAL
DE COLEGIOS OFICIALES DE
Dietistas-Nutricionistas

FORMACIÓN
ONLINE



www.renhyd.org

RESUMEN DE PONENCIA



25 de noviembre de 2021

MESA 7

Aspectos profesionales y legales
del colectivo dietista-nutricionista

PONENCIA_2



Posición del EFAD sobre patrones alimentarios sostenibles: el dietista-nutricionista como agente facilitador

Manuel Moñino Gómez^{1,2,3,*}, Andreja Misir³, Katerina Belogianni³, Klaus Nigl³,
Ada Rocha³, Ángela García González³, Katarzyna Janiszewska³

¹Consejo General de Colegios Oficiales de Dietistas-Nutricionistas, Valencia, España. ²Federación Europea de Asociaciones de Dietistas (EFAD), Naarden, The Netherlands. ³Grupo de trabajo del Curso de Patrones Dietéticos Sostenibles, Biblioteca de Formación EFAD, Federación Europea de Asociaciones de Dietistas (EFAD), Naarden, The Netherlands.

*mmonyino@gmail.com

Los patrones de alimentación saludables y sostenibles han sido definidos por varias agencias de Naciones Unidas como "aquellos que promueven todas las dimensiones de la salud y el bienestar de las personas; ejercen baja presión e impacto en el medio ambiente; son accesibles, asequibles, seguros y equitativos; y son culturalmente aceptables"¹. La evidencia sugiere que las dietas basadas en plantas, definición que se adapta perfectamente al patrón de la dieta mediterránea tradicional, pueden beneficiar tanto a la salud como al medio ambiente cuando se comparan con la dieta occidental típica, sin embargo, menos de la mitad de los países del mundo cumplen con algunas de las recomendaciones alineadas con la sostenibilidad en sus guías alimentarias².

Las dietas sostenibles han sido criticadas por ser poco asequibles para muchas personas y por el riesgo de no cubrir las

necesidades nutricionales de grupos vulnerables, de ahí la necesidad de adaptar las recomendaciones y políticas a las condiciones específicas de un país o región³. Así, las dietas sostenibles deberían plantearse en marcos nacionales o regionales en los que previamente se hayan considerado los tres pilares fundamentales de la sostenibilidad, es decir el ámbito social, medioambiental y económico, del sistema alimentario en el que se quiere definir ese patrón, pues no existe una solución única para una dieta sostenible.

La transición hacia patrones de alimentación más saludables y sostenibles, no sólo deben perseguir una mayor presencia de alimentos frescos y poco procesados de origen vegetal, como las frutas y verduras, legumbres, derivados integrales de los cereales, etc., sino también la disminución de la ingesta de alimentos no saludables, minimizar el desperdicio de alimentos,

umentar la alfabetización alimentaria o utilizar la compra pública sostenible como herramienta eficaz para mejorar los entornos alimentarios, entre otras acciones de impacto. Para facilitar esa transición, la sociedad debe estar sensibilizada, los profesionales sanitarios formados en alimentación sostenible, y las autoridades locales, nacionales y regionales, sensibilizadas sobre el potencial de las políticas en la salud de la población y del planeta. Los dietistas europeos juegan un papel crucial para facilitar esta transición⁴.

Aunque producir alimentos vegetales tiene un menor impacto ambiental, actualmente se hace un énfasis desproporcionado sobre la amenaza que representan los alimentos de origen animal, al tiempo que se subestima el tipo de prácticas ganaderas, ya que el ganado criado en sistemas de economía circular frente a la intensiva, necesitaría menos tierra, protegería la biodiversidad y la resiliencia de los entornos rurales, y lo que es más importante, mantendría el sustento y nutrición de un gran número de familias en el mundo en desarrollo⁵.

Por lo tanto, se necesita un enfoque integrador para lograr patrones de alimentación más saludable y sostenibles en sistemas alimentarios complejos. De ahí que el documento de posición de la Federación Europea de Asociaciones de Dietistas (EFAD), que se presentará en el Congreso, sostenga el compromiso y disposición de las asociaciones europeas de dietistas y sus miembros a promover patrones alimentarios asequibles y diversificados, que sean nutritivos y bajos en desperdicios, y a la vez, sean menos dependientes de los limitados recursos naturales. Además, hace un llamamiento a los países europeos para que revisen sus guías alimentarias e incluyan la sostenibilidad como fuerza de conexión para la salud y el medio ambiente, a la vez que pide a los responsables políticos, la sociedad civil, la industria alimentaria, al sector primario y los consumidores que apoyen las acciones y políticas que faciliten la transición hacia una Europa más sana y sostenible.

Europa y el colectivo de dietistas europeos deben aprovechar el momento actual, en el que las políticas como el Pacto verde de la Unión Europea, en especial la estrategia de la granja a la mesa⁶, enmarcan las acciones que apoyan, facilitan y conducen la transición hacia sistemas alimentarios más saludables y sostenibles, reduciendo el impacto de la producción y el consumo y mejorando la disponibilidad y asequibilidad de alimentos saludables y sostenibles.

conflicto de intereses

- El documento de posición de EFAD ha sido desarrollado por un grupo de trabajo *ad hoc* como parte del curso Patrones Dietéticos Sostenibles de la Biblioteca de Formación de EFAD, que ha recibido apoyo financiero mediante una subvención educativa de Danone y Nestlé.
- Los autores son miembros del grupo asesor del curso de Patrones Dietéticos Sostenibles y han tenido total independencia para desarrollar el documento. MM es miembro de la Comisión Ejecutiva de EFAD y no ha recibido ingresos por este trabajo. AM ha recibido honorarios para el desarrollo de borradores y versión final del documento de posición. KB es la coordinadora de la Biblioteca de Formación de EFAD y recibe honorarios de la Federación. KN y AR son miembros del grupo de especialistas en restauración colectiva de EFAD (ESDN FS) y no han recibido honorarios por este trabajo. AGG es miembro del comité de educación y formación continuada de EFAD y no ha recibido honorarios por este trabajo. KJ es responsable de proyectos de EFAD y recibe honorarios de la Federación.

referencias

- (1) FAO, WHO. Sustainable Healthy Diets - Guiding Principles.; 2019. Accessed April 14, 2021. <http://www.fao.org/3/ca6640en/CA6640EN.pdf>
- (2) Springmann M, Spajic L, Clark MA, et al. The healthiness and sustainability of national and global food based dietary guidelines: modelling study. *BMJ*. 2020; 370: 2322. doi: 10.1136/bmj.m2322
- (3) Hirvonen K, Bai Y, Headey D, Masters WA. Affordability of the EAT-Lancet reference diet: a global analysis. *The Lancet Global Health*. 2020; 8(1): e59-e66. doi: 10.1016/S2214-109X(19)30447-4
- (4) EFAD. Sustainable Health Through the Life Span Nutrition as a Smart Investment for Europe. Accessed June 17, 2021. www.efad.org
- (5) Food Ethics Council. We need a green diet that's not half-baked | Accessed April 18, 2021. <https://www.foodethicscouncil.org/we-need-a-green-diet-thats-not-half-baked/>
- (6) Farm to Fork Strategy. Accessed June 17, 2021. https://ec.europa.eu/food/horizontal-topics/farm-fork-strategy_en

IV Congreso de Alimentación, Nutrición y Dietética. Nutrición personalizada y dietética de precisión.

