

CONGRESO IBEROAMERICANO DE NUTRICIÓN

¿Nutrición basada en la videncia o en la evidencia?



ACADEMIA
ESPAÑOLA DE
NUTRICIÓN
Y DIETÉTICA



www.renhyd.org



4 de JULIO de 2019

Conferencias Cortas
Temática Libre VI

PONENCIA 2

Dieta Mediterránea: de Ancel Keys al futuro

Helena Real^{1,2,3,*}

¹Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto, Portugal. ²Associação Portuguesa de Nutrição, Porto, Portugal. ³Direção-Geral da Saúde, Lisboa, Portugal.

*helenamaiareal@gmail.com



Introducción: La primera definición de Dieta Mediterránea fue presentada por Ancel Keys a mediados del s. XX (1,2). Con la distinción de Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad, de la UNESCO (3); la definición fue enriquecida con componentes sociales y culturales, aproximándose al modelo de diáita o estilo de vida.

La occidentalización de la alimentación en la zona del Mediterráneo, el aumento del poder adquisitivo, el rápido urbanismo, las alteraciones tecnológicas en el sector agro-alimentar y la diseminación de venta de comida económica pero pobre en términos nutricionales contribuyó a una menor adhesión a la Dieta Mediterránea a lo largo de los años, evidenciándose la necesidad de definir estrategias que reviertan dicha situación (4,5).

Objetivos: Enumerar los principales marcos de la historia de la Dieta Mediterránea desde su identificación por Ancel Keys y

evaluar las percepciones sobre qué debe ser explorado en el futuro en el ámbito de la Dieta Mediterránea.

Métodos: Para la identificación de los marcos de la historia de la Dieta Mediterránea se realizó una revisión exhaustiva de la literatura, con búsquedas en Pubmed, libros, documentos y sites oficiales. Para la evaluación de las percepciones fueron aplicados presencialmente trece cuestionarios semiestructurados a personalidades representativas en el área de la Dieta Mediterránea, previamente seleccionadas y provenientes de Algarve-Portugal. Los audios de las entrevistas fueron grabados y transcritos literalmente así como analizados.

Resultados: Fueron identificados cerca de medio centenar de marcos en la historia de la Dieta Mediterránea lo cual ha caracterizado su evolución, desde que en 1951 Ancel Keys se interesó en el tema. A lo largo de los años han sido exploradas diferentes vertientes siendo la más prevalente la de la salud,

siendo ésta, la más explorada en la mayoría de los artículos científicos, publicados sobre Dieta Mediterránea.

Sin embargo, otros temas fueron emergiendo a lo largo de los años como la sustentabilidad y la cultura asociados a dicha Dieta. La distinción de la UNESCO, como Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad, despertó el interés tanto de los creadores del concepto (investigadores, docentes o profesionales de la salud) como de los utilizadores del mismo (industria agro-alimentar, distribución, restauración, turismo y poder político), verificándose un mayor conocimiento y exploración del concepto.

Para los entrevistados en este trabajo existen cinco áreas principales que explorar en el futuro de la Dieta Mediterránea: educación y comunicación del concepto; agronomía y sustentabilidad; certificación y regulación del uso del concepto de Dieta Mediterránea; cultura y turismo; así como alimentación, salud y políticas económicas.

Conclusión: La Dieta Mediterránea obtuvo un importante reconocimiento desde los primeros estudios de Ancel Keys. En el pasado la salud asumió un papel primordial y hoy existen nuevas dimensiones asociadas a la Dieta Mediterránea. Los desafíos futuros pasan por conseguir saber conciliar las diversas dimensiones de forma armoniosa. En este contexto, varios agentes de la sociedad desde los profesionales hasta la comunidad tienen la responsabilidad de promover y conservar la historia y la continuidad de la Dieta Mediterránea.

conflicto de intereses

Los autores expresan que no hay conflictos de interés al redactar el manuscrito.

referencias

- (1) Keys A, Keys M. How to eat well and stay well. The Mediterranean way. New York, USA: Doubleday Publishing; 1975.
- (2) Keys A. Mediterranean diet and public health: personal reflections. The American Journal of Clinical Nutrition. 1995; 61(Suppl 6): 1321s-3s.
- (3) UNESCO. Mediterranean diet 2013 [Available from: <http://www.unesco.org/culture/ich/en/RL/mediterranean-diet-00884>].
- (4) Alexandratos N. The Mediterranean diet in a world context. Public Health Nutrition. 2006; 9(1a): 111-7.
- (5) Vilarnau C, Stracker DM, Funtikov A, da Silva R, Estruch R, Bach-Faig A. Worldwide adherence to Mediterranean Diet between 1960 and 2011. European journal of clinical nutrition. 2018.

CONGRESO IBEROAMERICANO DE NUTRICIÓN

3-5 Julio
Pamplona
2019