



# Nutrición Hospitalaria

DOI: <http://dx.doi.org/10.20960/nh.03347>

## Introducción

Las prácticas nutricionales tienen un fuerte impacto en la aparición y el progreso de numerosas enfermedades crónicas que son la principal causa de muerte en poblaciones desarrolladas, entre ellas obesidad, enfermedades cardíacas, hipertensión, diabetes de tipo 2 y ciertos tipos de cáncer. De igual manera, una nutrición inadecuada tiene efectos adversos en el curso clínico de muchas enfermedades agudas y enfermedades transmisibles. Por otra parte, una alimentación correcta ayuda a conseguir mejor rendimiento, bienestar y calidad de vida, por lo que se convierte en objetivo prioritario el conocer y mejorar la situación nutricional de todos los individuos y a lo largo de las diferentes etapas de la vida.

En el presente suplemento de la revista *Nutrición Hospitalaria* se resumen las conferencias presentadas en las 7.<sup>as</sup> Jornadas UCM-ASEN (Universidad Complutense de Madrid - Asociación de Estudios Nutricionales), bajo el título "Nutrición para la mejora sanitaria en distintas etapas de la vida", celebradas durante los días 25 y 26 de febrero de 2020 en la Facultad de Farmacia de la Universidad Complutense de Madrid. Estas Jornadas han sido una actividad promovida por el grupo de Investigación UCM-VALORNUT y han contado con el apoyo institucional de la Fundación Española de la Nutrición (FEN).

En la planificación de esta actividad científica se ha prestado especial atención a las últimas investigaciones publicadas y a las evidencias más recientes sobre temas nutricionales con impacto sanitario y social. Teniendo en cuenta que la información en nutrición y el interés por el tema es creciente, sin embargo, los mensajes que se difunden son con frecuencia erróneos.

Pese a la importancia vital de la nutrición en la salud, muchos profesionales sanitarios reciben poca formación en nutrición y no realizan valoraciones de las dietas o situación nutricional de sus pacientes, ni pueden proporcionar un adecuado consejo nutricional, cuando es conveniente o demandado. Por ello, se considera prioritario difundir los resultados de los últimos estudios, prestando especial atención a los temas que son objeto de mensajes erróneos y a los que propagan ideas equivocadas. Nos parece de gran interés plantear estas cuestiones y debatirlas con estudiantes y profesionales relacionados con la nutrición, buscando una implicación multidisciplinar tanto en los ponentes como en los participantes en las Jornadas.

En este suplemento, y como resumen de las ponencias abordadas en las 7.<sup>as</sup> Jornadas de Nutrición UCM-ASEN, se presentan datos sobre los últimos resultados y los avances logrados en diversos campos de la investigación nutricional en relación con los problemas nutricionales en la población española, con especial atención a la problemática de la población infantil, la repercusión de diversos alimentos y componentes de los alimentos en la salud, así como el impacto de la nutrición en la promoción de la salud y en la prevención y el control de diversos problemas y enfermedades.

En relación con la *problemática nutricional en población pediátrica*, se analizan los desequilibrios más frecuentes en este colectivo encontrados en el estudio EsNuPI (Estudio Nutricional en Población Infantil Española), que ha sido realizado en una muestra representativa de niños, urbanos, no veganos, de 1-9 años, y en el que se estudian los patrones de alimentación y hábitos dietéticos, actividad física e inactividad de la población pediátrica. Asimismo, se profundiza también en un problema más específico, la modulación de la microbiota, cuya alteración puede ser el origen de numerosas enfermedades en niños, mediante la alimentación y estilo de vida.

## introducción

Respecto a la *repercusión de diversos alimentos y componentes de los alimentos en la salud*, se ha prestado atención a la matriz láctea, dado que el consumo de lácteos se asocia con diversos beneficios en la salud que derivan de la interrelación entre sus componentes. Estos datos resultan de interés puesto que el consumo de lácteos está disminuyendo por ideas equivocadas que contribuyen a alejar su consumo del recomendado. También se analiza la importancia de la colina, vitamina poco conocida y valorada, ingerida en cantidad insuficiente por la práctica totalidad de la población. Asimismo, se presta atención a su papel en el metabolismo, especialmente a su importancia en la función cognitiva, y se especifican las fuentes alimentarias de la misma.

También en esta sección, considerando que el consumo de azúcares añadidos en la dieta media supera lo aconsejado, se analizan por un lado los edulcorantes bajos o sin calorías, para estudiar su seguridad en un modelo de potencial consumo creciente, y a la vez, se presta atención a las reformulaciones en bebidas con reducción, o eliminación, de azúcares en España y Portugal para conocer los avances que se han producido en este campo.

En el apartado de la *repercusión de la nutrición en la promoción de la salud* se analizan las simbiosis que se producen en el tracto gastrointestinal humano. Dado que algunas enfermedades inflamatorias crónicas no transmisibles de la sociedad desarrollada se asocian a la pérdida de la variedad de especies en la microbiota intestinal y a una desviación del entorno microbiano ancestral, profundizar en el tema es de gran interés en la actualidad. Además, se presta atención a la nutrición en la gestación como moduladora de la composición de la leche materna, ya que, aunque este es el alimento de elección para el niño en los primeros seis meses de vida, puede haber diferencias en su composición en función de la situación nutricional materna que deben ser conocidas y vigiladas.

En la búsqueda de la promoción de la salud, se aborda el tema de la nutrición sostenible y de sus beneficios para la salud de la población y del planeta, que también condiciona la salud de los individuos a largo plazo. Y una parcela imprescindible que también es abordada en este suplemento es la educación nutricional de los niños, para lo que se presenta una iniciativa (Nutriplato<sup>®</sup>) que puede ayudar a mejorar las elecciones de los niños en temas de alimentación.

Teniendo en cuenta que una alimentación correcta en el contexto de un estilo de vida saludable es el factor más importante en la *prevención y el control de diversos problemas y enfermedades*, se analiza el impacto de la nutrición en desórdenes menstruales, insomnio, osteoporosis y las patologías neurológicas asociadas a desequilibrios en vitaminas liposolubles.

Tanto en las Jornadas como en las aportaciones recogidas en el presente suplemento, se ha contado con personas de la máxima cualificación en diversas parcelas de la nutrición y la salud, lo que ha facilitado el establecer lazos de diálogo y comunicación y contar con una perspectiva multidisciplinar en el conjunto de las aportaciones.

Queremos agradecer a los patrocinadores de las Jornadas su implicación desinteresada, haciendo posible tanto la celebración de la actividad científica como de la publicación asociada. Nuestro agradecimiento para: Calidad Pascual, Campofrío HealthCare, Coca-Cola Iberia, Danone, Foro para la Investigación de la Cerveza y Estilos de Vida, Instituto de Estudios del Huevo, Instituto Puleva de Nutrición, Nestlé y Unilever. También expresamos nuestra gratitud al apoyo institucional de la FEN, a los responsables de la Secretaría Técnica y a la Fundación General de la Universidad Complutense de Madrid, por su excelente labor en la gestión de los recursos.

A los numerosos inscritos que participaron activamente en las sesiones, a nuestras autoridades académicas (que apoyaron la actividad en todo momento y concedieron créditos de libre elección a los participantes en las sesiones), a los medios de comunicación, etc., nuestro agradecimiento más sincero.

Rosa M. Ortega y Ana M. López-Sobaler  
Departamento de Nutrición y Ciencia de los Alimentos  
Grupo de investigación UCM-VALORNUT