



Introducción

La importancia de una nutrición correcta en el mantenimiento y en la promoción de la salud es indudable y trascendente. En este sentido, las pautas dietéticas marcadas para la población de los Estados Unidos para el periodo de 2020-2025 destacan la importancia de promover una alimentación y un estilo de vida saludables a lo largo de la vida para reducir el riesgo de padecimiento de enfermedades crónicas no comunicables, que son las principales causas de morbilidad y mortalidad a nivel mundial.

En el presente suplemento de la revista *Nutrición Hospitalaria* se resumen las conferencias presentadas en las Novenas Jornadas de Nutrición UCM-ASEN (Universidad Complutense de Madrid-Asociación de Estudios Nutricionales), bajo el título "Avances y tendencias en nutrición y salud", celebradas durante los días 22 y 23 de febrero de 2022 de forma telemática. Las jornadas han sido una actividad promovida por el grupo de investigación UCM-VALORNUT (idiNutrición: <https://www.ucm.es/idinutricion/personal-investigador-2>).

En esta actividad científica se ha prestado especial atención a temas en los que están produciéndose avances importantes, entre los que destacan especialmente las últimas investigaciones publicadas sobre el impacto de la nutrición en diversas parcelas de la salud. Por otra parte, aunque la información en nutrición y el interés por el tema es creciente, los mensajes que se difunden son con frecuencia discutibles, falsos o engañosos. Por esta razón se considera prioritario difundir los resultados de los últimos estudios, prestando especial atención a los temas objeto de mensajes erróneos y a los que propagan ideas equivocadas.

En este suplemento, y como resumen de los temas abordados en las Novenas Jornadas de Nutrición UCM-ASEN, se presentan datos sobre las investigaciones científicas más recientes, sobre los avances logrados en relación con los componentes de la dieta con implicaciones en la salud, sobre el impacto de la alimentación en la salud y en la capacidad funcional, en relación con las estrategias encaminadas a mejorar la situación nutricional de la población y la sostenibilidad alimentaria y sobre el análisis del impacto de la nutrición en el origen, la prevención y el control de diversas enfermedades.

En relación con los alimentos y los componentes de la dieta con implicaciones en la salud, se presta atención a los beneficios nutricionales y sanitarios de los cereales de grano completo, cuyo consumo debería incrementarse, y de los compuestos bioactivos de origen vegetal, que podrían utilizarse en el diseño de alimentos funcionales. Por otra parte, se profundiza en un tema objeto de debate en el momento actual: qué podemos entender por consumo moderado de alcohol si hablamos de bebidas fermentadas de bajo grado alcohólico, como es el caso de la cerveza, considerando las investigaciones científicas realizadas sobre el tema.

Al analizar el impacto de la alimentación en la salud y en la capacidad funcional se profundiza en la importancia de una adecuada hidratación (que resulta mejorable en un elevado porcentaje de individuos) en la salud cardiovascular y cognitiva. Se estudia la importancia de los micronutrientes en la edad pediátrica, dado que numerosos estudios señalan que la ingesta actual no es la óptima, y se profundiza en los beneficios y en los riesgos de las dietas vegetarianas. En este apartado, la vitamina D merece una atención especial, dado que no se alcanzan las ingestas recomendadas en la práctica totalidad de la población (tanto en niños como en adultos), tiene gran impacto en la salud y es necesario encontrar el modo de alcanzar los aportes aconsejados.

Al abordar las estrategias encaminadas a mejorar la situación nutricional de la población se presta especial atención al problema que plantea la obesidad infantil, los factores asociados con el exceso de peso y las bases

introducción

para luchar contra esta creciente epidemia. También se analizan las interacciones microbiota-dieta como punto de partida para personalizar la nutrición y se analizan los datos que permiten fijar las recomendaciones de consumo de huevo en la población infantil, dado que el temor al colesterol llevó a rebajar el consumo de este alimento de elevado valor nutricional, sustituido en ocasiones por otros productos menos nutritivos y con un impacto negativo en el control de la colesterolemia.

Como tema que plantea una creciente preocupación, se abordan las pautas en la mejora de la sostenibilidad alimentaria, con especial atención al papel de los cereales y de los fermentos, analizando su importancia nutricional y los pasos que están dándose para ayudar a lograr una alimentación sostenible.

En el apartado de nutrición clínica, teniendo en cuenta la importancia de una correcta alimentación en la prevención y en el control de diversas enfermedades, se analiza la problemática nutricional del paciente celiaco, antes y después del diagnóstico de la enfermedad, analizando las dificultades de estos pacientes para lograr una situación nutricional adecuada y las medidas a tomar. Se presentan recientes investigaciones que muestran cómo algunos probióticos (*Bifidobacterium longum subsp. infantis* CECT 7210) presentan actividad frente a patógenos intestinales y pueden ser de gran ayuda para prevenir y controlar estas patologías. Se analizan también los factores nutricionales asociados a la migraña y a la alimentación y al estilo de vida útil en la prevención del cáncer.

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 de la salud, lo que facilitó el establecimiento de lazos de diálogo y comunicación, con una perspectiva multidisciplinar.

Queremos agradecer a los patrocinadores de las jornadas su implicación desinteresada, que ha hecho posible tanto la celebración de la actividad científica como la publicación asociada. Nuestro agradecimiento es para Bayer, Central Lechera Asturiana, Coca-Cola Iberia, Danone, el Foro para la Investigación de la Cerveza y Estilos de Vida (FICYE), el Instituto de Estudios del Huevo, Kellogg's, Nestlé, Ordesa y el Instituto Puleva de Nutrición. También nuestra gratitud es para los responsables de la Secretaría Técnica y de 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... nuestro agradecimiento más sincero.

Conflicto de intereses: los autores declaran no tener conflictos de interés.

Rosa M. Ortega, Ana M. López-Sobaler
*Departamento de Nutrición y Ciencia de los Alimentos. Facultad de Farmacia. Universidad Complutense de Madrid.
Madrid. Grupo de investigación VALORNUT-UCM (920030). Universidad Complutense de Madrid. Madrid*