

# **Nutrición Hospitalaria**



**XII Jornadas UCM-ASEN.  
Alimentación y salud. Nuevos  
paradigmas nutricionales**

**12th UCM-ASEN Conference.  
Nutrition and health. Emerging  
nutritional paradigms**

10.20960/nh.06082

07/18/2025

## **NUTRICIÓN HOSPITALARIA**

**Número extraordinario 1. Alimentación y salud: nuevos paradigmas nutricionales**

**XII Jornadas UCM-ASEN “Alimentación y Salud. Nuevos paradigmas nutricionales”. Madrid, 4 y 5 de marzo de 2025**

**Directoras: Rosa M. Ortega Anta y Ana M. López Sobaler**

**Coordinadoras: Aránzazu Aparicio Vizquete y María Dolores Salas González**

### **EDITORIAL**

En un mundo en el que la salud y el bienestar son cada vez más prioritarios, la nutrición se erige como un pilar fundamental en la prevención y el tratamiento de diversas condiciones de salud. Teniendo en cuenta que la información sobre nutrición es abundante y, con frecuencia, errónea, es importante contar con aportaciones científicas que expliquen los cambios o “revoluciones científicas” y la forma de entender las experiencias y creencias de la población, para dar sentido a nuestra realidad y mejorarla.

En el presente suplemento de la revista *Nutrición Hospitalaria*, se resumen las conferencias presentadas en las XII Jornadas UCM-ASEN (Universidad Complutense de Madrid - Asociación de Estudios Nutricionales), bajo el título “Alimentación y salud. Nuevos paradigmas nutricionales”, celebradas durante los días 4 y 5 de marzo de 2025 en la Facultad de Farmacia de la Universidad Complutense de Madrid. Estas Jornadas han sido una actividad promovida por el Grupo de Investigación 920030-VALORNUT-UCM y han sido acreditadas por la UCM con 1 crédito ECTS.

Como resumen de los temas abordados en las XII Jornadas de Nutrición UCM-ASEN, en este suplemento 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 y las estrategias de mejora, los componentes de los alimentos con beneficios en la salud, la nutrición en la mejora de la salud y la calidad de vida y en el control de peso, pautas en la prevención y el control de la enfermedad e innovaciones tecnológicas en la mejora nutricional.

En relación con los *problemas nutricionales en la población española y las estrategias de mejora*, se analizan temas que han sido objeto de investigaciones recientes, como la importancia del desayuno como primera comida del día y las herramientas para mejorarlo, así como la suplementación con micronutrientes: ¿cuándo y por qué pueden ser convenientes? Y para profundizar en las pautas útiles para un grupo creciente y vulnerable de la población, se ha prestado especial atención a las pautas para un envejecimiento saludable y frente a la fragilidad asociada con la edad.

Teniendo en cuenta que circulan muchos mensajes que señalan a alimentos concretos como responsables de diversos riesgos, se presta atención a los *componentes de los alimentos con beneficios en la salud*, concretamente, a los del huevo, el pescado y los lácteos. El huevo es un alimento valioso desde el punto de vista nutricional y de gran utilidad en diversas etapas de la vida, en concreto, en menopausia, pero que se consume con temor y en cantidad menor de la aconsejada por asociarse equivocadamente con elevaciones en el colesterol sanguíneo y riesgo cardiovascular. También se analiza la importancia nutricional y sanitaria del consumo de pescado, especialmente, por su aporte de ácidos grasos omega-3, cuyo consumo también es menor del aconsejado. Y dado que numerosos mensajes destacan peligros asociados al consumo de lactosa, lo que ha llevado a un descenso en el consumo de productos lácteos, es indudable la necesidad de abordar el tema puesto que el efecto de la lactosa varía según la persona y es importante considerar enfoques dietéticos basados en evidencia para determinar su inclusión en la dieta.

En el apartado de *la nutrición en la mejora de la salud y la calidad de vida*, se analizan aspectos muy interrelacionados, como la importancia del estilo de vida en la salud y el bienestar en infancia y adolescencia y su impacto en la función cognitiva, y también la nutrición en la mejora de la calidad del sueño y la lucha contra el insomnio, que también influye en el estado nutricional y en la función cognitiva. Se estudia la modulación de la microbiota intestinal, con gran impacto en la salud digestiva y el sistema inmunitario. En conjunto, estos temas subrayan la necesidad de adoptar hábitos saludables desde una edad temprana para promover un desarrollo óptimo.

El *control de peso* es un tema prioritario que preocupa a un elevado porcentaje de la población y se ha analizado prestando atención a la dieta mediterránea y al estudio de los condicionantes prenatales y posnatales del exceso de grasa, para comprender la importancia de prestar atención al problema mucho antes del nacimiento del individuo y con medidas globales que tengan en cuenta aspectos socioeconómicos y del estilo de vida.

Con respecto a la *prevención y el control de diversas enfermedades*, se analiza el impacto de las deficiencias nutricionales en relación con los trastornos tiroideos y en la mejora del paciente con artrosis y las nuevas pautas de prehabilitación del paciente oncológico, para tomar medidas que mejoren la respuesta al tratamiento y la recuperación del paciente.

Teniendo en cuenta la importancia creciente del manejo de la inteligencia artificial en el mundo actual, en el apartado de *innovaciones tecnológicas en la mejora nutricional* se analizan las aplicaciones de la inteligencia artificial (IA) en la cadena alimentaria, que son muchas y de gran interés ahora y en el futuro.

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.

Queremos agradecer a los patrocinadores de las Jornadas su implicación desinteresada, que ha hecho posible tanto la celebración de la actividad científica como la realización de la publicación asociada. Nuestro agradecimiento para: Angulas Aguinaga, Bayer, Biológica Tecnología Médica, Campofrío HealthCare, Central Lechera Asturiana, Danone, Foro para la Investigación de la Cerveza y Estilos de Vida (FICYE), Instituto de Estudios del Huevo, Instituto Puleva de Nutrición, Nestlé y Ordesa, los responsables de la Secretaría Técnica y 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; a los medios de comunicación... nuestro agradecimiento más sincero.

Rosa M. Ortega Anta y Ana M. López-Sobaler  
Departamento de Nutrición y Ciencia de los Alimentos.  
Grupo de investigación 920030-VALORNUT-UCM. Madrid