

## Retos de la Nutrición Comunitaria en el siglo XXI

*Challenges facing community nutrition in the 21st Century*

J. Mataix

Director Instituto de Nutrición, Universidad de Granada

### RESUMEN

Los conocimientos científicos y la evidencia epidemiológica han situado la nutrición comunitaria entre las estrategias de promoción de salud de primera línea. La combinación de los cambios en los hábitos alimentarios y el estilo de vida sedentario ha contribuido a un importante aumento en la prevalencia de obesidad en los últimos años. Los esfuerzos en el campo de la nutrición comunitaria deben centrarse en la educación nutricional, la seguridad alimentaria y el refuerzo de las habilidades culinarias. La adecuación de la oferta alimentaria en los establecimientos de restauración colectiva también ocupa un lugar destacado. Los cambios sociales junto con los nuevos avances científicos incorporarán nuevas demandas en la nutrición comunitaria y darán un papel más importante al consejo individualizado. Para poder hacer frente a estos nuevos retos los profesionales de la nutrición comunitaria necesitarán un alto nivel de capacitación profesional. **PALABRAS CLAVE:** nutrición comunitaria; educación nutricional; seguridad alimentaria; restauración colectiva.

### LABURPENA

Ezagupen zientifikoak eta ebidentzia epidemiologikoak komunitate elikapena osasun estrategia promozio lehenengoan artean jarri dute. Azken urte hauetan elikapen ohiturak aldaketak eta bizi modu sedentarioa elkarrekin gizenen populaketa nagusitzean garrantzi handia izan du. Elikapen komunitateko arloko kemenak elikapen hezkuntzan, elikapen segurantzaren eta trebetasun kulinarioen gogortzean zentratu behar dira. Elikapen eskaintzaren egokitzean jantoki taldekoek ere garrantzi handia dauka. Aldaketa sozialak zientifiko aurrerapen berri batera komunitate elikapenean eskeintza berriak barneratuko dituzte eta indibidualizatutako aholkuei garrantzia handiagoa emango diete. Erronka berri hauei aurre egiteko komunitate elikapeneko profesionalen gaitasun profesional gaitasun maila altua behar izango dute.

### ABSTRACT

Scientific evidence has placed community nutrition among the front line strategies in health promotion. Traditional food habits have progressively changed in the last decades. The combination of changes in food patterns and sedentary lifestyles have contributed to an important increase in the prevalence of overweight and obesity. Efforts in community nutrition should now focus on three key aspects: nutrition education in schools and in the community; food safety and enhance culinary skills in all age groups. School meals and other catering services provided at work or community sites should be consistent with the educational message. Social changes along new scientific developments will introduce new demands into community nutrition and request a more important role for individually tailored advice. In order to face these challenges community nutrition professionals need to be highly qualified and skilled. **KEY WORDS:** Community nutrition; Nutrition education; food safety; mass catering.

Desde la Antigüedad se ha reconocido que la dieta influye sobre la fortaleza física y el desarrollo de algunas enfermedades. En la era científica, la evidencia epidemiológica y los nuevos avances avalan el papel de la dieta en la aparición de muchas enfermedades crónicas.

La combinación de los cambios en los hábitos alimentarios y el estilo de vida sedentario ha contribuido a un importante aumento en la prevalencia de obesidad en los últimos años.

El siglo XXI está abierto a la nutrigenómica y a la posibilidad de diseñar estrategias óptimas de alimentación y nutrición que permitan satisfacer las necesidades individuales en base a los determinantes genéticos. La evidencia científica ha situado la nutrición comunitaria entre las estrategias de promoción de la salud de primera línea y es un área obligada en todos los planes de salud.

Hay los esfuerzos en el campo de la nutrición comunitaria se deben centrar en tres aspectos clave:

a) La educación nutricional: Es necesario desarrollar estrategias que permitan poner en marcha este tipo de iniciativas dirigidas a todos los grupos de edad, pero especialmente en la etapa escolar.

La inmigración supone un nuevo reto a afrontar en nuestro medio y es necesario estimular la integración confortable, al mismo tiempo que se respeta la identidad cultural y las tradiciones.

La adecuación de la oferta alimentaria en los establecimientos de restauración colectiva también ocupa un lugar destacado.

b) Higiene y seguridad alimentaria: Incorporando el doble concepto de garantizar un abastecimiento de alimentos en cantidades suficientes para toda la población y además con la calidad nutricional e higiénica adecuada. La trazabilidad y el seguimiento de los productos son fundamentales.

c) Habilidades culinarias: En las sociedades modernas, donde el tiempo disponible siempre es limitado, cada vez se dedica menos tiempo a la preparación y al consumo de alimentos. Las habilidades culinarias progresivamente van disminuyendo en todos los grupos de edad.

Las tendencias actuales sugieren que en los próximos años el envejecimiento de la población se acentuará y será necesario contribuir a mejorar la calidad de vida también de las personas que viven más años. También cambiarán los esquemas de trabajo, ocio y organización de la vida familiar. Todo ello repercutirá en nuevas demandas hacia la nutrición comunitaria. Los cambios sociales junto con los nuevos avances científicos incorporarán nuevas demandas en la nutrición comunitaria y darán un papel más importante al consejo individualizado. Para poder hacer frente a estos nuevos retos los profesionales de la nutrición comunitaria necesitarán un alto nivel de capacitación profesional.

El concepto de nutrición óptima resultará muy familiar en los próximos años, los mismo que los nuevos alimentos vinculados a él: nuevos alimentos, alimentos funcionales, etc. Serán elementos muy valiosos de suplementación sobre la base de un patrón global que favorezca la salud y resulte agradable.

### Referencias bibliográficas

- ADA. Key trends affecting the dietetics profession and the American Dietetic Association. J. Am. Diet. Assoc. 2002; 102:S1821-S1839
- Aranceta Bartrina J. Community Nutrition. Eur J Clin Nutr 2003, 57 (Suppl 1): S79-S81
- FAO-WHO. Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases. WHO Technical report series 916. Geneva: WHO, 2003

Correspondencia:  
J. Mataix Verdú  
Avda. Andaluces, 2; 4º C  
18014 Granada