

NOTA DE PRENSA

En el Día Mundial del dietista-nutricionista, el colectivo reclama entrar en la sanidad pública

Alma Palau “El 70% de los supuestos dietistas que aparecen en internet son un fraude”

- La presidenta del Consejo General de Dietistas-Nutricionistas denuncia el fuerte intrusismo en la profesión
- Este año se ha elegido como tema las legumbres #CucharasDeSalud.

El próximo 24 de noviembre se celebra el [Día Mundial del Dietista-Nutricionista](#), una fecha reivindicativa para la profesión que este año además se centrará en la promoción de las legumbres con el lema #CucharasDeSalud. Según la presidenta del [Consejo General de Dietistas-Nutricionistas](#) (CGDN), **Alma Palau**: “somos los profesionales sanitarios más desconocidos en nuestro país y al mismo tiempo unos de los más implicados en la prevención de enfermedades no congénitas a través de hábitos saludables en la alimentación”. Este año, los dietistas-nutricionistas se han volcado en la promoción de las legumbres, porque según el presidente de la [La Academia Española de Nutrición y Dietética](#), **Giuseppe Russolillo**: “estamos empeñados en volverlas a poner de moda, que vuelvan a la mesa de todos los españoles de manera habitual porque conllevan muchos beneficios para la salud y para el medio ambiente”.

Una profesión desconocida

En España, a diferencia de otros países europeos (Reino Unido, Alemania, Holanda, Suecia...) la figura del dietista-nutricionista no está reconocida a nivel estatal dentro del sistema sanitario de salud. “En muchos hospitales de diferentes comunidades autónomas sí se han creado plazas para nuestro colectivo y los resultados en cuanto a prevención de desnutrición hospitalaria y recuperación tras tratamientos agresivos (cáncer, operaciones complejas, etc.) han sido patentes – señala **Palau** -, pero las autoridades aún no han dado el paso definitivo a nivel global”.

Esta falta de reconocimiento, junto con la falta de una regulación más estricta y la dejadez ante el intrusismo por parte de las autoridades, es lo que provoca la aparición de falsos dietistas sin la titulación debida. “Nosotros no somos dispensadores de ‘dietas de cajón’, somos profesionales implicados en la mejora de la salud global y apoyo y prevención de enfermedades basándonos en la evidencia científica” señala **Palau**.

La presidenta del CGDNE lamenta que las personas a la hora de regular su alimentación se lo tomen tan a la ligera y les de lo mismo seguir la dieta de una estrella de Hollywood “que puede estar incluso desequilibrada antes que la de un profesional diplomado con cuatro años de carrera universitaria”. “De hecho, -continúa **Palau**-, si buscas en Google alguien que te lleve una dieta; de los 100 primeros puestos, sólo 23 tienen la titulación profesional correcta, la de dietista-nutricionista”. Y todo esto a pesar de que en la actualidad las competencias profesionales del Diplomado en

Nutrición Humana y Dietética están reguladas por el Real Decreto 433/1998, de 20 de marzo (B.O.E. 15-04-1998) que señala que *“La ley de ordenación de la profesiones sanitarias afirma que la profesión sanitaria que se encargará de la nutrición, la alimentación y la dietética es el dietista-nutricionista”*.

Año de las legumbres

Como cada año, los dietistas-nutricionistas, celebran su fiesta con una campaña especial de concienciación dirigida a la población. Este año, acompañando a la FAO, que ha declarado 2016 “Año Internacional de las legumbres”, el colectivo se han volcado en la recuperación de este elemento tan esencial de la dieta mediterránea. Las legumbres son ricas en proteínas de origen vegetal; una importante fuente de fibra; no contienen grasa ni colesterol; son ricas en vitaminas del grupo B y minerales como hierro, magnesio, potasio o fósforo.

Pero a pesar de todas estas bondades, las legumbres hace medio siglo que han dejado de estar de moda. En los años 60 el consumo medio de legumbres era de 12-14 kg/persona/año, en 2015 ha bajado hasta 3,06 kg/persona/año. Y lo peor del caso es que ese hueco que han dejado las legumbres, ha sido cubierto por un mayor incremento de productos industriales como bollería, pastelería, alimentos cárnicos y precocinados, con un impacto muy negativo para la salud en el medio y largo plazo. *“Nunca una generación había modificado tanto los hábitos alimentarios respecto a sus padres y abuelos como la nuestra”*, señala el presidente de la Academia de Dietética y Nutrición, **Giuseppe Russolillo**.

Además, según señala **Russolillo**, este cambio en la alimentación no sólo afecta a la salud de las personas, *“también repercute directamente de manera negativa sobre el medio ambiente”*. *“El cultivo de leguminosas contribuye a reducir los gases de efecto invernadero, además necesita un 20% menos de agua para crecer que los productos de origen animal y fomentan la agricultura sostenible y la producción del suelo”*, concluye **Russolillo**.

Las guías recomiendan el consumo de legumbres de entre 2 a 4 veces por semana, pero ya han surgido estudios que muestran efectos beneficiosos cuando se consumen un mínimo de 4 veces a la semana hasta llegar a un consumo a diario.

Seis razones para consumir legumbres.

Los dietistas-nutricionistas señalan que hay innumerables razones para la promoción de las legumbres y de entre todas destacan 6 que pueden interesar especialmente al consumidor:

1. Son ricas en nutrientes y una buena fuente de proteínas de origen vegetal
2. Son económicas
3. Se pueden conservar durante largos periodos de tiempo sin que pierdan sus propiedades.
4. Tienen gran versatilidad en la cocina, un sinfín de formas de preparación: en cocido, ensaladas, germinadas, en forma de hamburguesas....
5. Su cultivo fomenta la agricultura sostenible y la protección del suelo.
6. Su consumo regular -a diario- ofrece algunos beneficios para la salud: puede asociarse a una disminución del riesgo de enfermedad isquémica del corazón; puede ayudar en el control de la hipertensión arterial, tanto en

hipertensos como en normotensos; y puede ayudar en el mantenimiento del peso corporal.

Acciones de promoción de las legumbres

Con motivo de este día mundial del dietista-nutricionista y durante todo el mes de noviembre, estos profesionales de la salud se han volcado en la promoción de las legumbres con actividades muy diversas. Un campo importante de actuación son los centros escolares, y para ellos se ha realizado un cuaderno de actividades dirigido a estudiantes con la finalidad de organizar talleres didácticos para los alumnos. Además se ha elaborado un cuento digital que tiene como protagonista un garbancito de nombre Kabuli, que se distribuirá en colegios y asociaciones. Por otra parte, se ha iniciado un estudio de los menús escolares en centros de toda la geografía española a fin de sacar conclusiones sobre el consumo actual de legumbres en los colegios y ver la manera de incrementarlo.

En esta línea, también se ha organizado un concurso de recetas cuyo ingrediente principal fueran las legumbres y por otro lado una acción conjunta entre numerosos dietistas-nutricionistas que han publicado en su blog una entrada en días consecutivos durante más de un mes para promocionar estos alimentos.

Por otra parte, se han firmado convenios de colaboración con instituciones como la Asociación Española de Leguminosas (AEL), Mensa Cívica o la Asociación "5 al día" para unir fuerzas en la promoción de las legumbres.

Más información:

www.diamundialdietistanutricionista.org

Contacto prensa:

Lourdes Espinosa

Tel: 666521757

prensa@consejodietistasnutricionistas.com