

## Comentario de libros



### Guía de la alimentación saludable para atención primaria y colectivos ciudadanos, 2018

Coordinador: Javier Aranceta Bartrina

**Autores:** Aranceta Bartrina J, Blay Cortés G, Carrillo Fernández L, Fernández García JM, Garaulet Aza M, Gil Hernández A, Martínez de Vitoria E, Martínez V, Ortega Anta RM, Pérez Rodrigo C, Quiles Izquierdo J, Salvador Castel G, Santiago Neri S, Serra Majem Lluís, Varela Moreiras G.

**Publicación:** 200 páginas

**Edita:** Editorial Planeta

**ISBN:** 978-84-08-20193-9

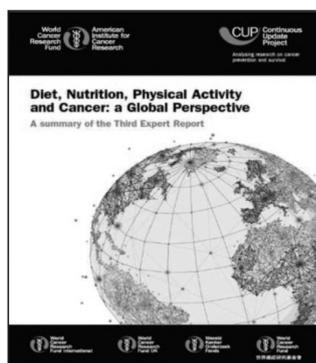
La Guía de la alimentación saludable, elaborada por la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC) en colaboración con las sociedades científicas referentes en Atención Primaria (SEMG, SEMERGEN, SEPEAP y semFYC), pretende acercar a los profesionales de la salud, y al público en general, las cualidades y beneficios de una alimentación y hábitos saludables.

Esta guía está realizada para apoyar la labor asistencial y de educación nutricional que realizan los diferentes profesionales de la salud. Sus contenidos técnicos están basados en evidencia científica y han sido desarrollados y evaluados por profesionales de la nutrición y la salud.

Los contenidos de la Guía y las recomendaciones alimentarias realizadas respetan el modelo alimentario actual de nuestra población. El objetivo de estas reco-

mendaciones es ayudar a la población a organizarse mejor con el proceso de su alimentación en todos sus matices. La Guía no pretende prohibir, censurar, poner a dieta, posicionar los alimentos en buenos y malos. Quiere ser una ayuda posible, una guía asumible, un recurso sostenible. En el marco metodológico de la nutrición comunitaria pretende asesorar para mejorar la alimentación en todos sus aspectos: elección responsable, compra, preparación, cocinado, conservación, seguridad, interpretación del etiquetado nutricional o sostenibilidad, entre otros.

Los posibles beneficios de la edición comercial, que se pondrá a la venta en librerías por parte de la Editorial Planeta, irán destinados íntegramente a la ONG "Nutrición sin Fronteras".



### Diet, Nutrition, Physical Activity and Cancer: a Global Perspective (2018)

Publicación accesible en línea: [www.dietandcancerreport.org](http://www.dietandcancerreport.org)

**Edita:** World Cancer Research Fund/American institute for Cancer Research

**ISBN:** 978-1-912259-47-2

**Disponible en:** papel y versión en línea como pdf

El tercer informe de expertos *Diet, Nutrition, Physical Activity and Cancer: a Global Perspective* del *World Cancer Research Fund International*, es un análisis exhaustivo, que utiliza los métodos más meticulosos, de la evidencia mundial sobre la prevención y supervivencia del cáncer a través de la dieta, la nutrición y la actividad física. Es el

último trabajo del Proyecto de actualización continua, un programa continuo para analizar la investigación científica mundial en esta área que contiene recomendaciones actualizadas sobre prevención del cáncer y se basa en los logros innovadores de los informes de expertos publicados en 1997 y 2007, respectivamente.



## More active people for a healthier world. Global Action Plan on Physical Activity 2018–2030

Publicación accesible en línea: <http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/272722/9789241514187-eng.pdf>

Editor: Organización Mundial de la Salud (OMS) 2018

La Organización Mundial de la Salud ha elaborado su nuevo «Plan de acción mundial sobre actividad física 2018–2030: *Más personas activas para un mundo más sano*». Este Plan muestra a los países posibles vías para reducir la inactividad física en adultos y adolescentes en un 15% para 2030, al recomendar un conjunto de 20 medidas normativas que, combinadas, tienen por objeto crear sociedades más activas mejorando los entornos y las oportunidades para que personas de todas las edades y capacidades dediquen más tiempo a caminar o ir en bicicleta, practicar deporte o un ocio creativo, bailar o jugar.

El plan establece cuatro objetivos y recomienda 20 acciones políticas que son aplicables a todos los países y abordan los determinantes culturales, ambientales e individuales de la inactividad.

Una característica clave de este nuevo plan es su llamado a un enfoque "basado en sistemas" donde la implementación efectiva requerirá un liderazgo audaz combinado con asociaciones intergubernamentales y multisectoriales en todos los niveles para lograr una respuesta coordinada de todo el sistema.

Trabajando en asociaciones, la OMS ayudará a los países a implementar un enfoque de toda la comunidad para aumentar los niveles de actividad física en personas de todas las edades y capacidades. La coordinación y la capacidad mundial, regional y nacional se fortalecerán para responder a las necesidades de apoyo técnico, innovación y orientación.