

Comentario de libros



Libro Blanco de la Nutrición de las Personas Mayores, 2019

Publicación: 10 módulos; 82 capítulos

Edita: Sociedad Española de Geriatria y Gerontología (SEGG) y Fundación Española de la Nutrición (FEN)

ISBN: 978-84-09-13395-6

Coordinación: José Augusto García Navarro y Gregorio Varela Moreiras

Disponible en: <https://www.segg.es/media/descargas/Intro%20Libro%20Blanco%20de%20la%20Nutricion%20FEN%20-%20SEGG%202019.pdf>

Más de 130 reconocidos expertos en el campo de la nutrición, la geriatría y la gerontología han elaborado el Libro Blanco de la Nutrición de las Personas Mayores en España, una publicación pluridisciplinar y pionera coordinada por la Fundación Española de la Nutrición (FEN) y por la Sociedad Española de Geriatria y Gerontología (SEGG). Se trata del primer análisis global y multidisciplinar que recoge, con la mayor evidencia científica disponible y de manera integrada, las debilidades y fortalezas de la nutrición de las personas mayores.

La publicación, consta de 10 módulos cuenta con un total de 82 capítulos (en formato DAFO), y entre los autores y colaboradores se encuentran destacados expertos en el campo de la nutrición o materias afines, muchos de ellos representantes del mundo científico, académico, comunitario y/o clínico; otros reconocidos profesionales en su materia y técnicos de las diferentes administraciones con responsabilidades en el campo de la nutrición, la geriatría y la gerontología.

El Libro Blanco de la Nutrición de las Personas Mayores en España, consta de 10 módulos cuenta con un total de 82 capítulos (en formato DAFO), que abordan temáticas como alimentación y estilos de vida saludables; factores de riesgo y patologías asociadas a la alimentación; calidad nutricional de los alimentos en las personas mayores y la Dieta Mediterránea como modelo alimentario a seguir, entre otras.

Este trabajo constituye todo un referente para los poderes públicos, las sociedades científicas, instituciones académicas e investigadoras y para todos los especialistas y profesionales sanitarios involucrados en la nutrición. Y es que, todas las iniciativas posibles a realizar con los adultos mayores deben tener como objetivo añadir vida a los años y no años a la vida.

Los autores del estudio consideran que mejorar la comprensión del envejecimiento podría ayudar con el desarrollo de estrategias terapéuticas y preventivas para mejorar la longevidad y la calidad de vida. Así, tanto las instituciones sanitarias como las sociales deben dirigir sus actuaciones de promoción de la salud en trabajar las herramientas de formación y empoderamiento o adquisición de habilidades para enfrentar los cambios fisiológicos, sociales y funcionales intrínsecos al proceso de envejecimiento.

El Dr. Gregorio Varela-Moreiras, Catedrático de Nutrición y Bromatología de la Universidad CEU San Pablo, presidente de la Fundación Española de la Nutrición y coordinador de la publicación ha indicado que "una de las principales conclusiones a las que se ha llegado tras la elaboración de este trabajo es que necesitamos mejorar la educación de la población adulta y familiares/cuidadores en hábitos de vida saludable, especialmente los relacionados con la alimentación equilibrada, mejorar los hábitos de actividad física diarios y el conocimiento de los procesos asociados al envejecimiento, que debería ser una prioridad en las iniciativas de salud pública".



Inmunonutrición. Estilo de vida, 2020

Publicación: Rústica 654 páginas

Edita: Editorial médica Panamericana; 2020. 2ª edición. Rústica 17 x 24

ISBN: 978-84-9110-120-8

Precio: 69,40 €

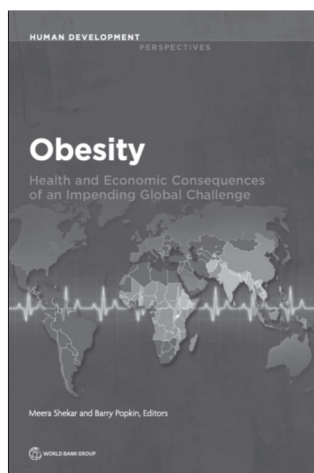
Autoría: Ascensión Marcos, Sonia Gómez Martínez

Disponible en: http://www.sustainablefoodfuture.org/sites/default/files/2019-07/WRR_Food_Full_Report_0.pdf

En la actualidad empieza a haber una gran expectativa sobre el papel que la microbiota puede jugar interaccionando con la genética, la nutrición y el sistema inmunitario, algo que hace dos décadas no se preveía su gran impacto en la salud.

Inmunonutrición en su amplio contexto, se define como el área de la ciencia que se dedica al estudio de los procesos por los que los distintos nutrientes, compuestos bioactivos e ingredientes mantienen o afectan la fisiología normal del sistema inmune y hasta qué punto tales procesos pueden alterarse por déficits, sobrealimentación o suplementación, así como su repercusión en prevención y tratamiento de enfermedades.

Sin embargo, no podemos dejar de lado la importancia que tiene el estilo de vida en el establecimiento de la situación nutricional. Además de la dieta, existen diversos determinantes, como son el comportamiento alimentario, la actividad física, el tiempo de sedentarismo, la calidad y cantidad de sueño, y las situaciones de estrés físico y psicológico. Todos estos factores pueden ser clave para promover o evitar el desarrollo de enfermedades supuestamente sociales, como son la obesidad y las patologías que de ella se derivan, entre las que se encuentran la diabetes tipo 2, las enfermedades cardiovasculares, neurodegenerativas y autoinmunes, todas ellas son alteraciones crónicas no contagiosas, que llevan inherente un proceso inflamatorio.



Obesity: Health and Economic Consequences of an Impending Global Challenge, 2020

Publicación: 204 páginas

Publicación accesible en línea: <https://openknowledge.worldbank.org/bitstream/handle/10986/32383/9781464814914.pdf>

Editores: Meera Shekar & Barry Popkin, 2019

ISBN: 978-1-4648-1491-4

Coordinación: World Bank Group

Este informe expone por qué el sobrepeso y la obesidad son una "bomba de relojería" con un enorme potencial negativo de impacto económico y en la salud, especialmente para los pobres y las personas que viven en países de bajos o medianos ingresos, lo que disipa el mito de que es un problema solo en países ricos y zonas urbanas. El informe también presenta muchas de las tendencias actuales relacionadas con el sobrepeso y la obesidad y complementa todos los

informes técnicos nuevos y futuros de cuatro maneras distintas:

- Primero, se centra en identificar oportunidades basadas en la evidencia para abordar reformas de políticas fiscales y regulatorias e inversiones en varios sectores que podrían prevenir el sobrepeso y la obesidad. Todo ello basado en la evidencia epidemiológica para identificar acciones potencialmente

prometedoras; agregando nueva información sobre las implicaciones económicas del exceso de peso, incluida la perspectiva de equidad e identifica los países con "doble carga" dónde estimular una acción urgente.

- En segundo lugar, conlleva desafíos de implementación y lecciones aprendidas de países donde las políticas o intervenciones para prevenir el sobrepeso y la obesidad se han implementado a escala, con diferente éxito.
- Tercero, identifica una agenda de acción que los países pueden desempeñar y los instrumentos (normativas, asistencia técnica e instrumentos de financiación) que el Banco Mundial instituciones

similares pueden utilizar en un futuro próximo para ayudar a los países a abordar esta epidemia emergente de sobrepeso y obesidad y enfermedades no transmisibles relacionadas en todos los sectores.

- Y cuarto, el informe reitera los hallazgos de investigaciones recientes de The Lancet que sugieren que cambiar las dietas y los sistemas alimentarios también son clave para abordar el desafío actual del retraso del crecimiento y la desnutrición infantil, junto con los crecientes desafíos del cambio climático. Identificando áreas clave que requieren más investigación y evaluaciones que pueden ser importantes para futuras acciones en esta área.