



## PARQUE TECNOLÓGICO

### ● El edificio I+D Armilla situado en el Campus de la Salud acoge empresas y entidades asistenciales y tecnológicas, además del Laboratorio de Prevención de Riesgos Laborales

S. V. GRANADA

El Parque Tecnológico de la Salud (PTS) aprovecha al máximo su espacio para tener el mayor número posible de empresas o proyectos activos y que la actividad no decaiga. Y aunque ya hay un 'invernadero de empresas' (BIC) y próximamente abrirá el nuevo centro de empresas del Parque, el recinto cuenta con otro edificio multidisciplinar que acoge diferentes entidades, instituciones y administraciones que seguirán trabajando en pro de la salud. Se trata del edificio I+D Armilla, inaugurado hace pocos meses y que gestiona la propia Fundación del Parque, que ha dado un giro a su concepción original como edificio de Prevención de Riesgos Laborales para acoger una mayor variedad de proyectos.

Es la sede del Distrito Granada-Metropolitano y de la fundación de nutrición Finut

La parte de riesgos laborales está cubierta con el Laboratorio Observatorio I+D en prevención de riesgos laborales. Incluye un laboratorio de higiene industrial y un centro de formación para actividades de seguridad y salud laboral en el ámbito supraprovincial.

Pero se han sumado más iniciativas y está pendiente de recibir nuevas. Por ejemplo, la sede definitiva de Telefónica I+D, empresa que apostó desde el principio por el PTS y que se ha adaptado a los tiempos ya que en un principio la intención era contar con un edificio propio pero finalmente, tras varias ocupaciones temporales, se han instalado en I+D Armilla, nombre dado al edificio por su ubicación en el término municipal armillero.

También está en el nuevo complejo la sede del Distrito Sanitario Granada-Metropolitano del Servicio Andaluz de Salud (SAS). Hasta ahora estaba por un lado la sede del



El edificio se ha convertido en seña de identidad arquitectónica de la zona.

## I+D Armilla: el nuevo centro de la salud



El recibidor distribuye el espacio hacia las diferentes plantas del edificio.

FOTOS: ALEX CÁMARA

Distrito Granada en el edificio Licinio de la Fuente junto al hospital Virgen de las Nieves, y la del Distrito Metropolitano, en La Chana. Pero con la unión por el SAS de los distritos en uno sólo, también se ha unificado la sede ahora en el PTS. Una ubicación mucho más precisa ya que está comunicada con servicios que se interrelacionan como el futuro hospital. La directora del distrito es Aurea Bordons.

Otro 'inquilino' del nuevo edificio es la Finut, la Fundación Iberoamericana de Nutrición, con sede en Granada, presidida por Ángel Gil. La Finut trabaja para la consecución del desarrollo e incremento, a todos los niveles, del conocimiento, formación y comunicación en las ciencias de la Nutrición y Alimentación. Unas instalaciones que han sido presentadas esta misma semana por la Fundación y desde las que trabajarán en la defensa de

También acoge empresas privadas como Telefónica o la clínica Oxum

la correcta alimentación, por ejemplo, para la prevención de enfermedades.

La iniciativa privada también tiene su representación por ahora en el inmueble con la presencia de la clínica de medicina estética Oxum o Global InDevices, dedicada a comercializar en el mundo smartwatches.

Este centro cuenta con una superficie construida de 10.520 metros cuadrados y ha sido cofinanciado por el Ministerio de Ciencia e Innovación dentro del Plan Nacional de Investigación Científica, Desarrollo e Innovación Tecnológica 2008-2011 y el Fondo Europeo de Desarrollo Regional FEDER.

En definitiva, proyectos asistenciales, de investigación y de desarrollo sanitario y tecnológico que se suman a los cientos de iniciativas que ya trabajan desde el Parque Tecnológico como centro neurálgico de la salud en Granada.



Además tiene espacios libres con impresionantes vistas al Parque.



El distrito Granada-Metropolitano ya está instalado allí.



## La Fundación Iberoamericana de Nutrición abre su sede en el PTS

Doce personas trabajarán en sus dependencias del edificio I+D Armilla en proyectos de formación de jóvenes investigadores y formación de hábitos saludables en la población

### INÉS GALLASTEGUI

igallastegui@ideal.es

**GRANADA.** La Fundación Iberoamericana de Nutrición (Finut) inauguró ayer su nueva sede central en el Parque Tecnológico de la Salud (PTS) con una jornada científica sobre hábitos saludables y prevención de enfermedades crónicas asociadas al sedentarismo y la obesidad. Su presidente, el profesor granadino Ángel Gil, expresó la vocación de esta entidad en la formación de jóvenes investigadores y la difusión de información nutricional de interés para la población.

La Fundación, auspiciada por la Sociedad Española de Nutrición, la Sociedad Latinoamericana de Nutrición y la Unión Internacional de Ciencias Nutricionales, contaba hasta ahora con un local en el Centro de Investigación Biomédica, pero sus nuevas dependencias en el edificio I+D Armilla le permitirán consolidar y ampliar su actividad. Doce personas trabajarán en este espacio, por el que el profesor Gil dio las gracias al rector de la Universidad de Granada, Francisco González Lodeiro, y al director del PTS, Jesús Quero.

La Finut, fundada en 2011, dedicará sus esfuerzos a la formación de jóvenes científicos de España y Latinoamérica a través de cursos de formación y programas de becas y ayudas en los ámbitos de la alimentación, la nutrición y los hábitos de vida saludables. Para ello, en los últimos meses ha suscrito 12 convenios de cola-

boración con entidades públicas, fundamentalmente universidades y centros de investigación en Latinoamérica. La entidad participó activamente en la organización del XX Congreso Internacional de Nutrición, que se celebró en Granada en 2013.

### 45 millones de muertes

El otro gran objetivo de la Fundación es formar a la población. En ese sentido, el catedrático de Bioquímica y Biología Molecular de la UGR recordó que se estima que este año morirán en todo el mundo 45 millones de

personas, tanto en países ricos como en países en vías de desarrollo, a causa de enfermedades crónicas no transmisibles, como las dolencias cardiovasculares, el cáncer y ciertas enfermedades inflamatorias.

Ángel Gil recordó que al menos la mitad de esas muertes podrían evitarse «con las herramientas que actualmente tenemos». El problema, admitió, es que esas herramientas no se están utilizando bien: sigue habiendo una gran parte de la población que no mantiene una alimentación equilibrada y, sobre todo, que lleva una

vida sedentaria y no realiza suficiente ejercicio físico.

En la jornada científica participaron como ponentes, junto a Ángel Gil, Ibrahim Elmadfa, profesor emérito del Instituto de Ciencias de la Nutrición de la Universidad de Viena; Luis Moreno, profesor de la Escuela de Ciencias de la Salud de Zaragoza; y María Nieves García Casal, bioquímica del Instituto Venezolano de Investigaciones Científicas. A la sesión asistieron representantes de la Universidad y del PTS, así como estudiantes del Master de Nutrición.

## La exposición viajará a Barcelona, Sevilla y Buenos Aires

La exposición 'Nutrición, impulso vital', organizada por la Finut, fue visitada por 550.000 personas en el Parque de las Ciencias de Granada, pero su recorrido no acaba ahí. El próximo mayo se trasladará al Museo de la Ciencia de Barcelona; después, al de Castilla la Mancha y, probablemente, a Sevilla, para recalar en 2017 en Buenos Aires, sede del XXI Congreso Internacional de Nutrición. El profesor Ángel Gil confió en que la muestra —con contenidos innovadores como la pirámide de hábitos saludables— contribuya a la formación nutricional de la población, especialmente niños y jóvenes.



Luis Moreno, Ángel Gil y María Nieves García. :: ALFREDO AGUILAR

## Café y té, sí, pero 'lejos' del zumo de naranja

La doctora García Casal da las claves para una dieta rica en antioxidantes, fundamental para prevenir las enfermedades crónicas

### I. GALLASTEGUI

**GRANADA.** La doctora María Nieves García Casal, presidenta de la Sociedad Latinoamericana de Nutrición, recordó ayer que «la inclusión en la dieta de antioxidantes a través del consumo elevado de frutas y verduras parece tener un efecto positivo en la salud general y en especial en la prevención y control

de enfermedades crónicas no transmisibles», como las cardiovasculares, las inflamatorias y el cáncer. La experta del Instituto Venezolano de Investigaciones Científicas explicó que la oxidación es un proceso normal y deseable que se produce continuamente en nuestro organismo, pero si no está contrapesado por la presencia de antioxidantes puede dañar las células y favorecer la aparición de distintas dolencias.

La doctora García Casal recordó que, en ausencia de patologías, una dieta equilibrada es capaz de aportarnos la dosis necesaria de antioxidantes, sin necesidad de tomar suplementos vitamínicos. Los antio-

xidantes se encuentran sobre todo en verduras y frutas crudas y con cáscara. Eso sí, matizó, es necesario tomar una cantidad suficiente. «Un zumo envasado no sustituye a una pieza de fruta», advirtió la investigadora, quien aconsejó a niños y mayores llevar siempre una fruta o unos trozos de zanáhorra en la cartera.

Por otro lado, hay que seguir algunas pautas para no mezclar alimentos ricos en antioxidantes con otros que inhiben la acción de estas moléculas beneficiosas: por ejemplo, el café y el té tienen propiedades antioxidantes, pero no deben tomarse junto al zumo de naranja en el desayuno; mejor entre horas.

### Los riesgos del sedentarismo

Por su parte, el profesor Luis Moreno, de la Escuela Universitaria de Ciencias de la Salud de Zaragoza, insistió en la importancia de la actividad física y recordó que en España, en los últimos años, la ingesta ener-

gética no ha aumentado de forma significativa pero, en cambio, se ha incrementado el sedentarismo. La escasez de ejercicio físico es especialmente alarmante en los niños, recaló el experto, que pasan demasiado tiempo viendo la televisión o, en general, delante de pantallas, sean de ordenador, videoconsola o móvil. Lo aconsejable es que ningún niño permanezca más de dos horas diarias ante estos artefactos, ni siquiera el fin de semana. A su juicio, la mejor estrategia contra el sedentarismo sería evitar que los niños tuvieran un aparato de televisión en su habitación.

Como resultado, entre una cuarta parte y un tercio de los niños españoles de 7 a 10 años padecen sobrepeso u obesidad, lo que hace prever la aparición de graves enfermedades cardiovasculares y diabetes tipo 2 ya desde la juventud.

Luis Moreno destacó que uno de los retos a los que se enfrentan los especialistas en Latinoamérica es la presencia simultánea de obesidad y desnutrición en la población infantil. En ese sentido, reconoció que en España también se está produciendo esta situación, después de siete años de crisis económica que han empobrecido gravemente la dieta de decenas de miles de familias. «En Latinoamérica es un fenómeno bien conocido, pero en España nos ha cogido a contrapié. Pensábamos que la desnutrición estaba erradicada, pero nuestros colegas del ámbito hospitalario nos advierten de que no es así. Aún no tenemos datos epidemiológicos claros», admitió.

**La mejor estrategia contra la obesidad es que los niños no estén ante una pantalla más de dos horas al día**



► SESIÓN CIENTÍFICA

# La nutrición es un factor clave para prevenir patologías crónicas

La Fundación Iberoamericana de Nutrición ha inaugurado sede en Granada

---

## Redacción

La nutrición es un factor clave en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles, según se ha comentado en la sesión científico-académica titulada *Temas de actualidad en Nutrición*, organizada por la Fundación Ibe-

roamericana de Nutrición (Finut), con motivo de la inauguración de la nueva sede en Granada.

En 2015 se estima que 45 millones de personas fallecerán en el mundo a causa de las enfermedades crónicas (cardiovasculares, cáncer y algunas enfermedades inflamatorias), según el presidente de Finut y Catedrático del Departamento de Bioquímica y Biología Molecular II de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Granada, el profesor Ángel Gil.



► SESIÓN CIENTÍFICA

# La nutrición es un factor clave para prevenir patologías crónicas

La Fundación Iberoamericana de Nutrición ha inaugurado sede en Granada

**Redacción**

La nutrición es un factor clave en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles, según se ha comentado en la sesión científico-académica titulada *Temas de actualidad en Nutrición*, organizada por la Fundación Ibe-

roamericana de Nutrición (Finut), con motivo de la inauguración de la nueva sede en Granada.

En 2015 se estima que 45 millones de personas fallecerán en el mundo a causa de las enfermedades crónicas cardiovasculares, cáncer y algunas enfermedades inflamatorias), según el presidente de Finut y Catedrático del Departamento de Bioquímica y Biología Molecular II de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Granada, el profesor Ángel Gil.



Ángel Gil.

PEPE VILLOSLADA



► SESIÓN CIENTÍFICA

## La nutrición es un factor clave para prevenir patologías crónicas

La Fundación Iberoamericana de Nutrición ha inaugurado sede en Granada

### Redacción

La nutrición es un factor clave en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles, según se ha comentado en la sesión científico-académica titulada *Temas de actualidad en Nutrición*, organizada por la Fundación Ibe-

roamericana de Nutrición (Finut), con motivo de la inauguración de la nueva sede en Granada.

En 2015 se estima que 45 millones de personas fallecerán en el mundo a causa de las enfermedades crónicas cardiovasculares, cáncer y algunas enfermedades inflamatorias), según el presidente de Finut y Catedrático del Departamento de Bioquímica y Biología Molecular II de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Granada, el profesor Ángel Gil.



PEPE VILLOSLADA

Ángel Gil.



## ► SESIÓN CIENTÍFICA

# La nutrición es un factor clave para prevenir patologías crónicas

La Fundación Iberoamericana de Nutrición ha inaugurado sede en Granada

### Redacción

La nutrición es un factor clave en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles, según se ha comentado en la sesión científico-académica titulada *Temas de actualidad en Nutrición*, organizada por la Fundación Ibe-

roamericana de Nutrición (Finut), con motivo de la inauguración de la nueva sede en Granada.

En 2015 se estima que 45 millones de personas fallecerán en el mundo a causa de las enfermedades crónicas cardiovasculares, cáncer y algunas enfermedades inflamatorias), según el presidente de Finut y Catedrático del Departamento de Bioquímica y Biología Molecular II de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Granada, el profesor Ángel Gil.



Ángel Gil.

PEPE VILLOSLADA



▶ SESIÓN CIENTÍFICA

## La nutrición es un factor clave para prevenir patologías crónicas

La Fundación Iberoamericana de Nutrición ha inaugurado sede en Granada

### Redacción

La nutrición es un factor clave en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles, según se ha comentado en la sesión científico-académica titulada *Temas de actualidad en Nutrición*, organizada por la Fundación Ibe-

roamericana de Nutrición (Finut), con motivo de la inauguración de la nueva sede en Granada.

En 2015 se estima que 45 millones de personas fallecerán en el mundo a causa de las enfermedades crónicas (cardiovasculares, cáncer y algunas enfermedades inflamatorias), según el presidente de Finut y Catedrático del Departamento de Bioquímica y Biología Molecular II de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Granada, el profesor Ángel Gil.



PEPE VILLOSLADA

Ángel Gil.



## ▶ SESIÓN CIENTÍFICA

# La nutrición es un factor clave para prevenir patologías crónicas

La Fundación Iberoamericana de Nutrición ha inaugurado sede en Granada

**Redacción**

La nutrición es un factor clave en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles, según se ha comentado en la sesión científico-académica titulada *Temas de actualidad en Nutrición*, organizada por la Fundación Ibe-

roamericana de Nutrición (Finut), con motivo de la inauguración de la nueva sede en Granada.

En 2015 se estima que 45 millones de personas fallecerán en el mundo a causa de las enfermedades crónicas cardiovasculares, cáncer y algunas enfermedades inflamatorias), según el presidente de Finut y Catedrático del Departamento de Bioquímica y Biología Molecular II de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Granada, el profesor Ángel Gil.



PEPE VILLOSLADA

Ángel Gil.

## Con ejercicio y dieta sana se pueden reducir algunas enfermedades crónicas sin necesidad de otras herramientas

Las enfermedades crónicas no transmisibles, como las cardiovasculares, la diabetes o el cáncer, tienen una repercusión enorme en la sociedad, también en la de países en vías de desarrollo, y dos de sus principales causas son la mala alimentación y el creciente sedentarismo.

EP 1 de marzo de 2015



Foto: Imagen de archivo.

Las enfermedades crónicas no transmisibles, como las cardiovasculares, la diabetes o el cáncer, tienen una repercusión enorme en la sociedad, también en la de países en vías de desarrollo, y dos de sus principales causas son **la mala alimentación y el creciente sedentarismo**.

En declaraciones a Europa Press, el presidente de la Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT), Ángel Gil, ha asegurado que "si se hiciera más ejercicio físico y se llevaran a cabo unos hábitos de alimentación más saludables, **se podrían disminuir de forma sensible las enfermedades crónicas sin necesidad de nuevas herramientas, eso sí, si los mensajes calan en la población**".

El experto ha explicado que en [España](#) el problema fundamental es que mucha gente toma más energía de la que necesita y sobre con una distribución inapropiada. "Además, **se consumen menos hidratos de carbono, frutas y verduras de las que se debería**, y a esto añadimos que la población se ha vuelto extremadamente sedentaria, factor que favorece la aparición de obesidad".

Una persona puede hacer actividad física en el gimnasio una hora al día, ejemplifica, pero si el resto del tiempo está sentado en el ordenador sigue siendo sedentario. "El **sedentarismo es una lacra de las sociedades desarrolladas** que ha crecido en los últimos 20 años debido a los cambios sociales: antes los niños iban al colegio andando, ahora en coche o autobús; antes jugaban a las canicas después de las clases, ahora juegan con el ordenador o la 'tablet'", apunta Gil.

Por su parte, **los países iberoamericanos se encuentran con el problema de la doble carga de malnutrición y obesidad**, que no ocurre en este país. En el continente sigue habiendo zonas donde la desnutrición es muy grande, muestra de ello es que en Guatemala más de un 40 por ciento de la población está desnutrida; también en Perú y Bolivia la falta de micronutrientes es considerable, ha expuesto.

### Además...

- Ejercicios en el embarazo
- Ejercicios de pilates en casa

PUBLICIDAD

### Blogs



**Ancelotti y el Real Madrid dan oxígeno al Barcelona ESTÁBAMOS EN LA UVI**  
El pinchazo del Real Madrid ante el Villarreal en el Bernabéu coboca al Barcelona a dos puntos de ...



**Tapas solidarias, un bocado de Ilusión GENTE EXTRAORDINARIA**  
Hoy os vamos a hablar de un plan gastronómico y muy solidario que os va a encantar.

### Leyendas Viajeras MIRADAS VIAJERAS

Cuando viajamos lo hacemos con los cinco sentidos: hacemos visible lo que hasta el momento era ...

**Compra** **renfe**

Ida y vuelta  Ida  Tarjeta Dorada

Origen:

Destino:

Salida:  00:00

Regreso:  00:00

alegría de que Chile sea un país muy desarrollado, con valores prácticamente iguales a los de España.

En este sentido, el experto ha anunciado que la FINUT acaba de publicar en una revista internacional prestigiosa la pirámide de los hábitos de vida saludable, que se traducirá en marzo al español y portugués, en la que figuran recomendaciones en alimentación y nutrición, así como en actividad física y en medio ambiente. Se va a publicar en español y portugués en marzo.

#### EL CONSUMO DE SODIO DEBE ESTAR POR DEBAJO DE 0,5 GRAMOS DIARIOS

Por otro lado, el responsable de FINUT ha puesto de relieve la importancia de reducir el consumo de sal diario, cuestión que abordará junto a otros profesionales en un simposio este fin de semana en México. "La cantidad mínima de sodio que necesitamos al día es 0,5 gramos o menos, sin embargo, en España y otros países se superan los 8 gramos diarios, y normalmente es la sal que añadimos y la que contienen algunos alimentos, sobre todo los procesados". México en concreto es un país donde consumen grandes cantidades de sal (entre 9 y 10 gramos diarios), ya que los habitantes condimentan mucho los alimentos, práctica a la que también se suma Brasil.

A este respecto, ha incidido en que la sal utilizada con moderación "contribuye a la prevención de las enfermedades cardiovasculares, especialmente de la tensión arterial. Para hacer que el consumo baje, hay que firmar acuerdos con las empresas productoras de alimentos para que estos contengan menos sal", ha apuntado agregando que "hay que fomentar labores de concienciación a la sociedad para que limiten la ingesta de sodio".

Finalmente, Gil ha reivindicado la falta de políticas que permitan reestablecer los estilos de vida saludables, así como acciones locales en el sistema educativo para que los niños puedan tener en las escuelas acceso a actividades donde se les enseñen estos hábitos y realizar ejercicio. "Invertir en la mejora de la nutrición es invertir en la mejora del rendimiento cognitivo de los individuos, que se traduce en capacidad de generación de recursos para los países", ha concluido.

La FINUT se creó en 2011 sin ánimo de lucro y siguiendo un mandato de la Unión Internacional de Ciencias de la Nutrición, y asocia a más de 130 países. Desarrolla sus actividades en el territorio español e Iberoamérica, con el objetivo fundamental de promover el conocimiento, la investigación, el desarrollo y la innovación en nutrición a través de la cooperación internacional, favoreciendo la ayuda y formación a los jóvenes científicos.

PUBLICIDAD



Plan de AYUDAS para AUTÓNOMOS

La Comunidad de Madrid te da hasta 2.800€ para que abras tu negocio

Lo último Lo más visto

#### Hoy

1. Crean una pulsera que genera energía en la masturbación
2. El cambio radical de 10 estrellas de rock
3. Síntomas de que tienes el colesterol por las nubes
4. Fotos por las que te alegrarás de haber madurado
5. Presentan Amanecer, la canción de Edurne en Eurovisión 2015
6. Vendé en Ebay un huevo esférico por 660 euros
7. Los 10 puntos negros de las carreteras españolas
8. Fue raptada al nacer y se reencuentra con su hermana biológica en el colegio
9. Las 'fit girls' más seguidas en internet
10. Los animales que podrían desaparecer en España

#### Búscanos en Facebook



Qué.es

Me gusta

A 215 743 personas les gusta Qué.es.

I ♥ HORSES

Plus la société Facebook

#### Servicios recomendados

- > Blogs Qué!
- > Horóscopo

#### GRUPOGESTIONA

Aviso legal

Copyright © Titaniun Gourmet, S.L, Madrid, 2013. Datos registrales: constituida en Madrid e inscrita en el Registro Mercantil de Madrid el 19 de julio de 2011 al Tomo 29049, Folio 73, Sección 8, Hoja M 523089, inscripción 1ª - C.I.F.: B- 86237815 con domicilio social en Calle Alfonso XI, 4

**AVISO:** Utilizamos cookies propias y de terceros para mejorar nuestros servicios y mostrarle publicidad relacionada con sus preferencias mediante el análisis de sus hábitos de navegación. Si continúa navegando, consideramos que acepta su uso. Puede cambiar la configuración de su navegador u obtener más información [aquí](#).

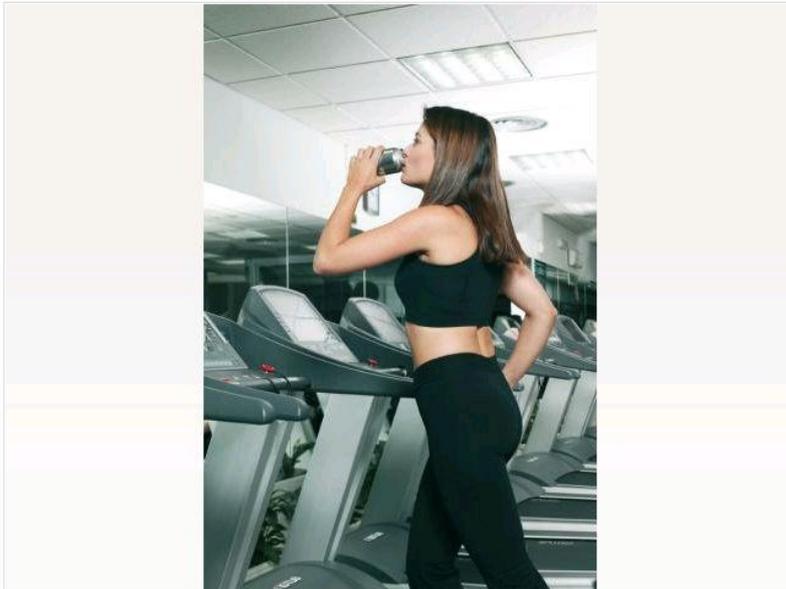
OBESIDAD

# Con ejercicio y dieta sana se pueden reducir algunas enfermedades crónicas sin necesidad de otras herramientas

[lainformacion.com](#)  
domingo, 01/03/15 - 10:30

[comentar](#) [ ]

Las **enfermedades** crónicas no transmisibles, como las cardiovasculares, la diabetes o el cáncer, tienen una repercusión enorme en la sociedad, también en la de países en vías de desarrollo, y dos de sus principales causas son la mala alimentación y el creciente sedentarismo.



Con ejercicio y dieta sana se pueden reducir algunas enfermedades crónicas sin necesidad de otras herramientas

**MADRID**, 1 (EUROPA PRESS)

Las enfermedades crónicas no transmisibles, como las cardiovasculares, la diabetes o el cáncer, tienen una repercusión enorme en la sociedad, también en la de países en vías de desarrollo, y dos de sus principales causas son la mala alimentación y el creciente sedentarismo.

0  
[Twitter](#)

Suscríbete a el **boletín**

La mejor información a diario en tu correo.

E-MAIL

[recibir >>](#)

ahora en portada

La Policía inicia una operación para detener a 110 personas en la 'Operación Edu'



Los líderes de 'Podemos' recibieron 3,5 millones de euros de Venezuela en 8 años



El exjefe de la Casa del Rey imputado por las tarjetas 'black', Rafael Spottorno, dice que él sólo era un mero empleado



Bankia rebota más de un 4% tras presentar sus resultados



Cumbre de Rusia y Ucrania en Bruselas para que las zonas prorrusas vuelvan a tener gas



Lo más visto en Salud

hoy esta semana este mes

- 1 El drama del cáncer en 35 imágenes: un fotógrafo retrata la enfermedad de su mujer desde el diagnóstico hasta su muerte
- 2 Investigadores hallan cambios inmunológicos que indican que la fatiga

a cabo unos hábitos de alimentación más saludables, se podrían disminuir de forma sensible las enfermedades crónicas sin necesidad de nuevas herramientas, eso sí, si los mensajes calan en la población".

El experto ha explicado que en **España** el problema fundamental es que mucha gente toma más energía de la que necesita y sobre con una distribución inapropiada. "Además, se consumen menos hidratos de carbono, frutas y verduras de las que se debería, y a esto añadimos que la población se ha vuelto extremadamente sedentaria, factor que favorece la aparición de **obesidad**".

Una persona puede hacer actividad física en el gimnasio una hora al día, ejemplifica, pero si el resto del tiempo está sentado en el ordenador sigue siendo sedentario. "El sedentarismo es una lacra de las sociedades desarrolladas que ha crecido en los últimos 20 años debido a los cambios sociales: antes los niños iban al colegio andando, ahora en coche o autobús; antes jugaban a las canicas después de las clases, ahora juegan con el ordenador o la 'tablet'", apunta Gil.

Por su parte, los países iberoamericanos se encuentran con el problema de la doble carga de malnutrición y obesidad, que no ocurre en este país. En el continente sigue habiendo zonas donde la desnutrición es muy grande, muestra de ello es que en **Guatemala** más de un 40 por ciento de la población está desnutrida; también en **Perú** y **Bolivia** la falta de micronutrientes es considerable, ha expuesto.

En lugares emergentes, especialmente en los urbanos como Brasil, hay un gran acceso de alimentos, pero no energéticos, lo que "conlleva un aumento notable de la obesidad". "Lo preocupante es que existe una dicotomía enorme entre personas excesivamente delgadas y obesas", lamenta. Sin embargo, se alegra de que Chile sea un país muy desarrollado, "con valores prácticamente iguales a los de España".

En este sentido, el experto ha anunciado que la FINUT acaba de publicar en una revista internacional prestigiosa la pirámide de los hábitos de vida saludable, que se traducirá en marzo al español y portugués, en la que figuran recomendaciones en alimentación y nutrición, así como en actividad física y en medio ambiente. se va a publicar en español y portugués en marzo.

#### EL CONSUMO DE SODIO DEBE ESTAR POR DEBAJO DE 0,5 GRAMOS DIARIOS

Por otro lado, el responsable de FINUT ha puesto de relieve la importancia de reducir el consumo de sal diario, cuestión que abordará junto a otros profesionales en un simposio este fin de semana en México. "La cantidad mínima de sodio que necesitamos al día es 0,5 gramos o menos, sin embargo, en España y otros países se superan los 8 gramos diarios, y normalmente es la sal que añadimos y la que contienen algunos alimentos, sobre todo los procesados". México en concreto es un país donde consumen grandes cantidades de sal (entre 9 y 10 gramos diarios), ya que los habitantes condimentan mucho los alimentos, práctica a la que también se suma Brasil.

A este respecto, ha incidido en que la sal utilizada con moderación "contribuye a la prevención de las enfermedades cardiovasculares, especialmente de la tensión arterial. Para hacer que el consumo baje, hay que firmar acuerdos con las

- 4  [¿Qué provoca el colesterol?](#)
- 5  [Los edulcorantes artificiales son buenos para la salud en una medida justa](#)
- 6  [Alana, la niña que nació de tres padres con ADN diferentes](#)
- 7  [Identifican qué espesa el moco en la fibrosis quística, con implicaciones para nuevos tratamientos](#)
- 8  [La cooperación entre las células cancerosas hace las terapias ineficaces](#)
- 9  [Hallan un extraño mecanismo que ayuda al virus del ébola a replicarse](#)
- 10  [Irán, el país de la obsesión por la nariz perfecta](#)

[más... »](#)

- 1  [El drama del cáncer en 35 imágenes: un fotógrafo retrata la enfermedad de su mujer desde el diagnóstico hasta su muerte](#)
- 2  [Investigadores hallan cambios inmunológicos que indican que la fatiga crónica es una enfermedad biológica](#)
- 3  [Diez síntomas de la depresión adolescente... y cinco maneras de combatirla](#)
- 4  [¿Qué provoca el colesterol?](#)
- 5  [Los edulcorantes artificiales son buenos para la salud en una medida justa](#)
- 6  [Alana, la niña que nació de tres padres con ADN diferentes](#)
- 7  [Identifican qué espesa el moco en la fibrosis quística, con implicaciones para nuevos tratamientos](#)
- 8  [La cooperación entre las células cancerosas hace las terapias ineficaces](#)
- 9  [Hallan un extraño mecanismo que ayuda al virus del ébola a replicarse](#)
- 10  [Irán, el país de la obsesión por la nariz perfecta](#)

[más... »](#)

- 1  [El drama del cáncer en 35 imágenes: un fotógrafo retrata la enfermedad de su mujer desde el diagnóstico hasta su muerte](#)
- 2  [Investigadores hallan cambios inmunológicos que indican que la fatiga crónica es una enfermedad biológica](#)
- 3  [Ya está disponible la primera polipildora que previene el segundo infarto de miocardio](#)
- 4  [Cuatro maneras para reducir el azúcar de nuestra dieta](#)
- 5  [Diez síntomas de la depresión adolescente... y cinco maneras de combatirla](#)

limitada ingesta de sodio.

Finalmente, Gil ha reivindicado la falta de políticas que permitan reestablecer los estilos de vida saludables, así como acciones locales en el sistema educativo para que los niños puedan tener en las escuelas acceso a actividades donde se les enseñen estos hábitos y realizar ejercicio. "Invertir en la mejora de la nutrición es invertir en la mejora del rendimiento cognitivo de los individuos, que se traduce en capacidad de generación de recursos para los países", ha concluido.

La FINUT se creó en 2011 sin ánimo de lucro y siguiendo un mandato de la Unión Internacional de Ciencias de la Nutrición, y asocia a más de 130 países. Desarrolla sus actividades en el territorio español e **Iberoamérica**, con el objetivo fundamental de promover el conocimiento, la investigación, el desarrollo y la innovación en nutrición a través de la cooperación internacional, favoreciendo la ayuda y formación a los jóvenes científicos.

(EuropaPress)

**Temas** América | Bolivia | Comunidad de Madrid | Dieta | Enfermedades | España | Guatemala | Investigación médica | Obesidad | Pediatría | Perú

 Notificar Error  Enviar  Leer más tarde

8  Alana, la niña que nació de tres padres con ADN diferentes

9  Un estudio desvela que dormir más de ocho horas dispara el riesgo de sufrir un ictus

10  La cooperación entre las células cancerosas hace las terapias ineficaces

[más... >>](#)

#### Recomanacions

**Inscriu-te** Crea un compte o **Inicia sessió** per a veure què fan les teves amistats.

 **Las cárceles catalanas tienen el mejor método ante la radicalización islamista**  
Una persona recomana això.

 **Sánchez difunde fotografías con Raúl Castro... ¿un guiño a Zapatero?**  
Una persona recomana això.

 **Alberto Bueno, tras anotar cuatro goles en 15 minutos: Sueño con ir a la Selección**  
Una persona recomana això.

## salud

**Panasonic dona linternas solares a UNPD para las tareas de ayuda del Ébola**

Hace 39 minutos

**"La combinación de tecnologías Wi-Fi y celulares permite a Ascom ofrecer aplicaciones innovadoras para entornos de asistencia sanitaria"**

Hace 49 minutos

**Madrid. Gabilondo asegura que educación y sanidad públicas serán "absolutas prioridades" en sus propuestas**

Hace 53 minutos

**Expertos avanzan en la detección de los puntos débiles de los virus de Marburgo y Ébola**

Hoy, 10:08 h.



**Una proteína anormal que provoca Alzheimer comienza a acumularse en los cerebros adultos jóvenes**

Hace 53 minutos |

Amiloide, una proteína anormal cuya acumulación en el cerebro es una característica del Alzheimer.



**Escuchar música alta con auriculares tiene sus riesgos: 1.100 millones de jóvenes, en riesgo de perder audición**

Hace 19 minutos | R.C.

El uso excesivo de dispositivos de audio personales y la exposición a niveles perjudiciales de sonido en bares y discotecas puede conllevar la pérdida de audición. La OMS alerta que "la pérdida de

#### Destacamos



## Con ejercicio y dieta sana se pueden reducir algunas enfermedades crónicas sin necesidad de otras herramientas

- EUROPA PRESS, MADRID

Las enfermedades crónicas no transmisibles, como las cardiovasculares, la diabetes o el cáncer, tienen una repercusión enorme en la sociedad, también en la de países en vías de desarrollo, y dos de sus principales causas son la mala alimentación y el creciente sedentarismo.

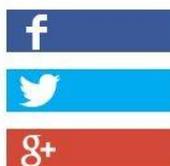


En declaraciones a Europa Press, el presidente de la Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT), Ángel Gil, ha asegurado que "si se hiciera más ejercicio físico y se llevaran a cabo unos hábitos de alimentación más saludables, se podrían disminuir de forma sensible las enfermedades crónicas sin necesidad de nuevas herramientas, eso sí, si los mensajes calan en la población".

El experto ha explicado que en España el problema fundamental es que mucha gente toma más energía de la que necesita y sobre con una distribución inapropiada. "Además, se consumen menos hidratos de carbono, frutas y verduras de las que se debería, y a esto añadimos que la población se ha vuelto extremadamente sedentaria, factor que favorece la aparición de obesidad".

Una persona puede hacer actividad física en el gimnasio una hora al día

COMPARTIR



### AL MINUTO

- 11:21 Alcatel ONETOUCH Idol 3, un móvil 100% reversible
- 11:21 Bestinver suprime la comisión de reembolso
- 11:21 Raquel Mosquera sigue trabajando a pesar de su embarazo
- 11:19 Arasti asegura que ya se han iniciado contactos con

### KIT BUENOS DÍAS

SUSCRÍBETE! gratis  
Tu primer encuentro con la información

### LO MÁS

- 1 Es inevitable generar mutaciones asociadas con la leucemia a medida que se envejece
- 2 Sanidad cita mañana a las CCAA para ver cómo pagar los medicamentos de la hepatitis C
- 3 Con ejercicio y dieta sana se pueden reducir algunas enfermedades crónicas sin necesidad de otras herramientas
- 4 Clínica Dermatológica Internacional incorpora 'Ultherapy', tecnología de ultrasonidos que mejora la flacidez
- 5 El amiloide comienza a acumularse en los cerebros adultos

a los cambios sociales: antes los niños iban al colegio andando, ahora en coche o autobús; antes jugaban a las canicas después de las clases, ahora juegan con el ordenador o la 'tablet", apunta Gil.

Por su parte, los países iberoamericanos se encuentran con el problema de la doble carga de malnutrición y obesidad, que no ocurre en este país. En el continente sigue habiendo zonas donde la desnutrición es muy grande, muestra de ello es que en Guatemala más de un 40 por ciento de la población está desnutrida; también en Perú y Bolivia la falta de micronutrientes es considerable, ha expuesto.

En lugares emergentes, especialmente en los urbanos como Brasil, hay un gran acceso de alimentos, pero no energéticos, lo que "conlleva un aumento notable de la obesidad". "Lo preocupante es que existe una dicotomía enorme entre personas excesivamente delgadas y obesas", lamenta. Sin embargo, se alegra de que Chile sea un país muy desarrollado, "con valores prácticamente iguales a los de España".

En este sentido, el experto ha anunciado que la FINUT acaba de publicar en una revista internacional prestigiosa la pirámide de los hábitos de vida saludable, que se traducirá en marzo al español y portugués, en la que figuran recomendaciones en alimentación y nutrición, así como en actividad física y en medio ambiente. se va a publicar en español y portugués en marzo.

#### EL CONSUMO DE SODIO DEBE ESTAR POR DEBAJO DE 0,5 GRAMOS DIARIOS

Por otro lado, el responsable de FINUT ha puesto de relieve la importancia de reducir el consumo de sal diario, cuestión que abordará junto a otros profesionales en un simposio este fin de semana en México. "La cantidad mínima de sodio que necesitamos al día es 0,5 gramos o menos, sin embargo, en España y otros países se superan los 8 gramos diarios, y normalmente es la sal que añadimos y la que contienen algunos alimentos, sobre todo los procesados". México en concreto es un país donde consumen grandes cantidades sal (entre 9 y 10 gramos diarios), ya que los habitantes condimentan mucho los alimentos, práctica a la que también se suma Brasil.

A este respecto, ha incidido en que la sal utilizada con moderación "contribuye a la prevención de las enfermedades cardiovasculares, especialmente de la tensión arterial. Para hacer que el consumo baje, hay que firmar acuerdos con las empresas productoras de alimentos para que estos contengan menos sal", ha apuntado agregando que "hay que fomentar labores de concienciación a la sociedad para que limiten la ingesta de sodio".

Finalmente, Gil ha reivindicado la falta de políticas que permitan reestablecer los estilos de vida saludables, así como acciones locales en el sistema educativo para que los niños puedan tener en las escuelas acceso a actividades donde se les enseñen estos hábitos y realizar ejercicio. "Invertir en la mejora de la nutrición es invertir en la mejora del rendimiento cognitivo de los individuos, que se traduce en capacidad de generación de recursos para los países", ha concluido.

La FINUT se creó en 2011 sin ánimo de lucro y siguiendo un mandato de la Unión Internacional de Ciencias de la Nutrición, y asocia a más de 130 países. Desarrolla sus actividades en el territorio español e Iberoamérica, con el objetivo fundamental de promover el conocimiento, la investigación, el desarrollo y la innovación en nutrición a través de la cooperación internacional, favoreciendo la ayuda y formación a los jóvenes científicos.



en los cerebros adultos jóvenes

7



Identifican neuronas clave en las interacciones sociales, con implicaciones para el tratamiento del autismo

8



Expertos avanzan en la detección de los puntos débiles de los virus de Marburgo y Ébola

9

La nutrición, factor clave en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles

10



El consumo de cannabis puede triplicar el riesgo de sufrir enfermedades mentales

11



El aumento de ensayos clínicos para niños con cáncer en España permite que apenas salgan a otros países a tratarse

12



Foto 1 de El consumo de pollo descende el 5,4%, castigado por la subida del 2% de los precios

13



Biopsias de piel pueden arrojar información sobre el Alzheimer

14



Afectados por la hepatitis C critican que Sanidad les sigue "vendiendo humo" y piden los medicamentos para "hoy mismo"

15



Tres de cada cuatro ictus afectan a pacientes mayores de 65 años

16



El consumo de pollo descende el 5,4%, castigado por la subida del 2% de los precios

SÍGUENOS EN...



¿Aún no conoces nuestra Comunidad?

[Saber más](#)

## Noticias

Salud > Con ejercicio y dieta sana se pueden reducir algunas enfermedades crónicas sin necesidad de otras herramientas

01-03-2015, 10:29h.

0 63 0

### Con ejercicio y dieta sana se pueden reducir algunas enfermedades crónicas sin necesidad de otras herramientas

A+ A-

Imágenes

Instalar Plugin Adobe Flash



Las enfermedades crónicas no transmisibles, como las cardiovasculares, la diabetes o el cáncer, tienen una repercusión enorme en la sociedad, también en la de países en vías de desarrollo, y dos de sus principales causas son la mala alimentación y el creciente sedentarismo.

En declaraciones a Europa Press, el presidente de la Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT), Ángel Gil, ha asegurado que "si se hiciera más ejercicio físico y se llevasen a cabo unos hábitos de alimentación más saludables, se podrían disminuir de forma sensible las enfermedades crónicas sin necesidad de nuevas herramientas, eso sí, si los mensajes calan en la población".

El experto ha explicado que en España el problema fundamental es que mucha gente toma más energía de la que necesita y sobre con una distribución inapropiada. "Además, se consumen menos hidratos de carbono, frutas y verduras de las que se debería, y a esto añadimos que la población se ha vuelto extremadamente sedentaria, factor que favorece la aparición de obesidad".

Una persona puede hacer actividad física en el gimnasio una hora al día, ejemplifica, pero si el resto del tiempo está sentado en el ordenador sigue siendo sedentario. "El sedentarismo es una lacra de las sociedades desarrolladas que ha crecido en los últimos 20 años debido a los cambios sociales: antes los niños iban al colegio andando, ahora en coche o autobús; antes jugaban a las canicas después de las clases, ahora juegan con el ordenador o la 'tablet'", apunta Gil.

Por su parte, los países iberoamericanos se encuentran con el problema de la doble carga de malnutrición y obesidad, que no ocurre en este país. En el continente sigue habiendo zonas donde la desnutrición es muy grande, muestra de ello es que en Guatemala más de un 40 por ciento de la población está desnutrida; también en Perú y Bolivia la falta de micronutrientes es considerable, ha expuesto.

En lugares emergentes, especialmente en los urbanos como Brasil, hay un gran acceso de alimentos, pero no energéticos, lo que "conlleva un aumento notable de la obesidad". "Lo preocupante es que existe una dicotomía enorme entre personas excesivamente delgadas y obesas", lamenta. Sin embargo, se alegra de que Chile sea un país muy desarrollado, "con valores prácticamente iguales a los de España".

Compartir



Noticias

N

Buscador

Portada · Hemeroteca · Rss

Más leído Más valorado

Marzo

**El Joventut se recupera ante el Obreroiro**

El FIATC Joventut, quinto clasificado de la Liga...

**El Málaga se asoma a Europa y Bueno fulmina al Levante con un póquer de goles**

El Málaga aprovechó la inercia que le dio su...

**El Gobierno estudia si disponer de una instalación para mascotas sospechosas de transmitir enfermedades**

El Gobierno está trabajando y evaluando la...

**El Borussia Dortmund golea al Schalke en el derbi del Ruhr**

El Borussia Dortmund ha goleado este sábado al...

**Economía.- El Rey preside la cena previa al Mobile World Congress**

El lunes abre el MWC y recibe en audiencia a...

Publicidad

## EL CONSUMO DE SODIO DEBE ESTAR POR DEBAJO DE 0,5 GRAMOS DIARIOS

Por otro lado, el responsable de FINUT ha puesto de relieve la importancia de reducir el consumo de sal diario, cuestión que abordará junto a otros profesionales en un simposio este fin de semana en México. "La cantidad mínima de sodio que necesitamos al día es 0,5 gramos o menos, sin embargo, en España y otros países se superan los 8 gramos diarios, y normalmente es la sal que añadimos y la que contienen algunos alimentos, sobre todo los procesados". México en concreto es un país donde consumen grandes cantidades sal (entre 9 y 10 gramos diarios), ya que los habitantes condimentan mucho los alimentos, práctica a la que también se suma Brasil.

A este respecto, ha incidido en que la sal utilizada con moderación "contribuye a la prevención de las enfermedades cardiovasculares, especialmente de la tensión arterial. Para hacer que el consumo baje, hay que firmar acuerdos con las empresas productoras de alimentos para que estos contengan menos sal", ha apuntado agregando que "hay que fomentar labores de concienciación a la sociedad para que limiten la ingesta de sodio".

Finalmente, Gil ha reivindicado la falta de políticas que permitan reestablecer los estilos de vida saludables, así como acciones locales en el sistema educativo para que los niños puedan tener en las escuelas acceso a actividades donde se les enseñen estos hábitos y realizar ejercicio. "Invertir en la mejora de la nutrición es invertir en la mejora del rendimiento cognitivo de los individuos, que se traduce en capacidad de generación de recursos para los países", ha concluido.

La FINUT se creó en 2011 sin ánimo de lucro y siguiendo un mandato de la Unión Internacional de Ciencias de la Nutrición, y asocia a más de 130 países. Desarrolla sus actividades en el territorio español e Iberoamérica, con el objetivo fundamental de promover el conocimiento, la investigación, el desarrollo y la innovación en nutrición a través de la cooperación internacional, favoreciendo la ayuda y formación a los jóvenes científicos.

### Últimos comentarios

No hay ningún comentario para esta noticia, si quieres añadir alguna pulsa aquí.

### Instalar Plugin Adobe Flash



### Lo último

**N****Video: El músico mexicano Alfredo Olivas es tiroteado en pleno concierto**

El joven músico mexicano Alfredo Olivas ha sido...

**Kanye West anuncia el título de su nuevo disco: So Help Me God**

El rapero estadounidense Kanye West ha anunciado...

**Rusia y Ucrania se reúnen este lunes en Bruselas con la UE para tratar de zanjar la nueva disputa del gas**

Los ministros de Energía de Rusia y Ucrania,...

**Detenidas 36 personas tras unos enfrentamientos durante una manifestación en Hong Kong**

La Policía de Hong Kong ha detenido este domingo...



INICIO -- ÚLTIMA HORA

**Se consume sal en cantidades 8 veces más altas de lo normal**

## Con ejercicio y dieta sana se pueden reducir algunas enfermedades crónicas sin necesidad de otras herramientas

El Semanal Digital

Las enfermedades crónicas no transmisibles, como las cardiovasculares, la diabetes o el cáncer, tienen una repercusión enorme en la sociedad, también en la de países en vías de desarrollo, y dos de sus principales causas son la mala alimentación y el creciente sedentarismo.

1 de marzo de 2015

Las enfermedades crónicas no transmisibles, como las cardiovasculares, la diabetes o el cáncer, tienen una repercusión enorme en la sociedad, también en la de países en vías de desarrollo, y dos de sus principales causas son la mala alimentación y el creciente sedentarismo.

En declaraciones a Europa Press, el presidente de la Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT), Ángel Gil, ha asegurado que "si se hiciera más ejercicio físico y se llevaran a cabo unos hábitos de alimentación más saludables, se podrían disminuir de forma sensible las enfermedades crónicas sin necesidad de nuevas herramientas, eso sí, si los mensajes calan en la población".

El experto ha explicado que en España el problema fundamental es que mucha gente toma más energía de la que necesita y sobre con una distribución inapropiada. "Además, se consumen menos hidratos de carbono, frutas y verduras de las que se debería, y a esto añadimos que la población se ha vuelto extremadamente sedentaria, factor que favorece la aparición de obesidad".

Una persona puede hacer actividad física en el gimnasio una hora al día, ejemplifica, pero si el resto del tiempo está sentado en el ordenador sigue siendo sedentario. "El sedentarismo es una lacra de las sociedades desarrolladas que ha crecido en los últimos 20 años debido a los cambios sociales: antes los niños iban al colegio andando, ahora en coche o autobús; antes jugaban a las canicas después de las clases, ahora juegan con el ordenador o la 'tablet'", apunta Gil.

Por su parte, los países iberoamericanos se encuentran con el problema de la doble carga de malnutrición y obesidad, que no ocurre en este país. En el continente sigue habiendo zonas donde la desnutrición es muy grande, muestra de ello es que en Guatemala más de un 40 por ciento de la población está desnutrida; también en Perú y Bolivia la falta de micronutrientes es considerable, ha expuesto.

En lugares emergentes, especialmente en los urbanos como Brasil, hay un gran acceso de alimentos, pero no energéticos, lo que "conlleva un aumento notable de la obesidad". "Lo preocupante es que existe una dicotomía enorme entre personas excesivamente delgadas y obesas", lamenta. Sin embargo, se alegra de que Chile sea un país muy desarrollado, "con valores prácticamente iguales a los de España".

PUBLICIDAD

Siguenos en Facebook Siguenos en Twitter

ÚLTIMA HORA

+ TITULARES

- 10:35 Alejandro Sanz estrena videoclip: Un zombie a la intemperie
- 10:35 Alejandro Sanz estrena videoclip: Un zombie a la intemperie
- 10:29 Madonna regresará a Barcelona el 24 de noviembre en su único concierto en España
- 10:25 El plan del BCE mantiene en mínimos el interés del bono español a diez años
- 10:20 Abertis compra 7.377 torres de telefonía móvil en Italia por 693 millones
- 10:20 El Ibex 35 sube un 0,16% en la apertura y apunta a los 11.200, con la prima de riesgo en 91 puntos
- 16:28 Ciudadanos sitúa a la abogada televisiva para la conquista de Madrid
- 13:11 El lehendakari asistirá este lunes a la plantación del nuevo Árbol de Gernika
- 13:08 El fondo para la conservación de Auschwitz ha rechazado por dos veces la ayuda económica ofrecida por España
- 12:38 Una biografía no autorizada relata la influencia política de Marta Ferrusola
- 12:34 Dirigentes del PSOE actualizan sus declaraciones y precisan al Congreso que no cobran por sus tareas extraparlamentarias
- 10:29 Rajoy planta cara a Tsipras por sus acusaciones contra el Gobierno de España

nutrición, así como en actividad física y en medio ambiente. se va a publicar en español y portugués en marzo.

#### EL CONSUMO DE SODIO DEBE ESTAR POR DEBAJO DE 0,5 GRAMOS DIARIOS

Por otro lado, el responsable de FINUT ha puesto de relieve la importancia de reducir el consumo de sal diario, cuestión que abordará junto a otros profesionales en un simposio este fin de semana en México. "La cantidad mínima de sodio que necesitamos al día es 0,5 gramos o menos, sin embargo, en España y otros países se superan los 8 gramos diarios, y normalmente es la sal que añadimos y la que contienen algunos alimentos, sobre todo los procesados". México en concreto es un país donde consumen grandes cantidades sal (entre 9 y 10 gramos diarios), ya que los habitantes condimentan mucho los alimentos, práctica a la que también se suma Brasil.

A este respecto, ha incidido en que la sal utilizada con moderación "contribuye a la prevención de las enfermedades cardiovasculares, especialmente de la tensión arterial. Para hacer que el consumo baje, hay que firmar acuerdos con las empresas productoras de alimentos para que estos contengan menos sal", ha apuntado agregando que "hay que fomentar labores de concienciación a la sociedad para que limiten la ingesta de sodio".

Finalmente, Gil ha reivindicado la falta de políticas que permitan reestablecer los estilos de vida saludables, así como acciones locales en el sistema educativo para que los niños puedan tener en las escuelas acceso a actividades donde se les enseñen estos hábitos y realizar ejercicio. "Invertir en la mejora de la nutrición es invertir en la mejora del rendimiento cognitivo de los individuos, que se traduce en capacidad de generación de recursos para los países", ha concluido.

La FINUT se creó en 2011 sin ánimo de lucro y siguiendo un mandato de la Unión Internacional de Ciencias de la Nutrición, y asocia a más de 130 países. Desarrolla sus actividades en el territorio español e Iberoamérica, con el objetivo fundamental de promover el conocimiento, la investigación, el desarrollo y la innovación en nutrición a través de la cooperación internacional, favoreciendo la ayuda y formación a los jóvenes científicos.

[IR ARRIBA](#)

¿Te ha gustado este artículo? Coméntaselo a tus amigos y conocidos:



niega a declarar en su primera comparecencia ante el juez

02:21 Bachelet visita a la niña que le pidió la inyección para quedarse "dormida para siempre"

22:07 Tiroteado un cantante de música nortea por el novio de una chica a la que dedicó una canción y piropo

21:29 Hallado en un paquete en Nueva York un Picasso robado del Pompidou de París

18:56 Obama amenazó a Netanyahu con derribar los cazas israelíes para impedir un ataque sobre Irán

10:25 El plan del BCE mantiene en mínimos el interés del bono español a diez años

10:20 Abertis compra 7.377 torres de telefonía móvil en Italia por 693 millones

10:20 El Ibex 35 sube un 0,16% en la apertura y apunta a los 11.200, con la prima de riesgo en 91 puntos

22:05 Mas dice que el Mobile World Congress es "el lugar adecuado para hacer negocios"

21:08 MWC.- El Rey elogia Barcelona como "referente del mejor empuje emprendedor español"

21:08 MWC.- El Rey elogia Barcelona como "referente del mejor empuje emprendedor español"

10:23 Los rumores de "tongo" obligan a Telecinco a tomar medidas drásticas

09:24 Letizia se desmarca de Sofía y el amigo de Felipe se mete en un buen lío

11:41 Sabina le ajusta las cuentas a Podemos a cuenta de su pata más coja

11:33 Risto tiene nuevo sofá y la presentadora de la SER se queda con el "viejo"

10:00 Una frase de Belén Esteban arroja sospechas sobre su no-expulsión

09:04 La mujer del político más deseado del momento y el pinchazo de Podemos

#### LO MÁS VISTO

+ TITULARES

1. Toñi Salazar, de "Azúcar Moreno", comida por las deudas y con un pie en la cárcel
2. De la nueva afición política de Fran Rivera a su profunda crisis familiar
3. La oposición venezolana amenaza con propinar un golpe mortal a Podemos
4. Sabina le ajusta las cuentas a Podemos a cuenta de su pata más coja
5. Rajoy da por "perdido" a Pedro Sánchez y mira hacia el sur
6. La vida más desconocida de la "mamma" del clan Pujol sale a la luz
7. Tania Sánchez se mete en un fregado tuitero por atacar a Cifuentes
8. La Reina Letizia causó sensación en la boda de una de sus "escuderas"
9. Prácticas "bucales" comprometidas en una



Santander Cantabria a 02 de marzo 2015

Introduzca una palabra



Cotización Ibex 35

## Con ejercicio y dieta sana se pueden reducir algunas enfermedades crónicas sin necesidad de otras herramientas

Imprimir [Tweets](#) [Me gusta](#) 0

Salud - 01-03-2015 10:15:00

- Las enfermedades crónicas no transmisibles, como las cardiovasculares, la diabetes o el cáncer, tienen una repercusión enorme en la sociedad, también en la de países en vías de desarrollo, y dos de sus principales causas son la mala alimentación y el creciente sedentarismo.

En declaraciones a Europa Press, el presidente de la Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT), Ángel Gil, ha asegurado que "si se hiciera más ejercicio físico y se llevaran a cabo unos hábitos de alimentación más saludables, se podrían disminuir de forma sensible las enfermedades crónicas sin necesidad de nuevas herramientas, eso sí, si los mensajes calan en la población".

El experto ha explicado que en España el problema fundamental es que mucha gente toma más energía de la que necesita y sobre con una distribución inapropiada. "Además, se consumen menos hidratos de carbono, frutas y verduras de las que se debería, y a esto añadimos que la población se ha vuelto extremadamente sedentaria, factor que favorece la aparición de obesidad".

Una persona puede hacer actividad física en el gimnasio una hora al día, ejemplifica, pero si el resto del tiempo está sentado en el ordenador sigue siendo sedentario. "El sedentarismo es una lacra de las sociedades desarrolladas que ha crecido en los últimos 20 años debido a los cambios sociales: antes los niños iban al colegio andando, ahora en coche o autobús; antes jugaban a las canicas después de las clases, ahora juegan con el ordenador o la 'tablet'", apunta Gil.

Por su parte, los países iberoamericanos se encuentran con el problema de la doble carga de malnutrición y obesidad, que no ocurre en este país. En el continente sigue habiendo zonas donde la desnutrición es muy grande, muestra de ello es que en Guatemala más de un 40 por ciento de la población está desnutrida; también en Perú y Bolivia la falta de micronutrientes es considerable, ha expuesto.

En lugares emergentes, especialmente en los urbanos como Brasil, hay un gran acceso de alimentos, pero no energéticos, lo que "conlleva un aumento notable de la obesidad". "Lo preocupante es que existe una dicotomía enorme entre personas excesivamente delgadas y obesas", lamenta. Sin embargo, se alegra de que Chile sea un país muy desarrollado, "con valores prácticamente iguales a los de España".



### LO MÁS VISTO DE: SALUD

- ▶ La resistencia a la 'Aspirina', vinculada a accidentes cerebrovasculares más graves
- ▶ Un estudio casi triplica los lugares en el genoma humano que albergan microARNs
- ▶ El ministro Alonso anuncia que serán tratados con los nuevos medicamentos contra Hepatitis C el 50% de los enfermos
- ▶ El aumento de ensayos clínicos para niños con cáncer en España permite que apenas salgan a otros países a tratarse
- ▶ Disponible en España la primera polipildora que previene el segundo infarto de miocardio y mejora la adherencia
- ▶ Depresión, ansiedad y estrés posttraumático, principales consecuencias en la salud de víctimas de la trata de personas
- ▶ Realizan con éxito la primera operación en España de una paciente con fístula aorto-esofágica

### COLUMNA DE OPINIÓN

Carlos Magdalena Menchaca -

#### El Racing también se apunta al carro

El Gobierno de Cantabria ni es un inversor, ni una financiera, ni prestamista, ni mucho menos una ONG. Hemos conocido que el Racing ha pedido al Gobierno de Cantabria un millón de euros porque su situación es asfixiante y nos parece legítimo que lo haga al igual que lo han hecho otras empresas de Cantabria que están en situación dramática, las que quedan, porque una gran mayoría .....

[Leer opinión](#)

[Comentarios \(7\)](#)

Dr. Alfonso Campuzano -

#### La medalla pendiente

En esta vida todo, tarde o temprano, casi todo se llega a saber. Éste es el caso del por qué el ex presidente español José Luis Rodríguez Zapatero ha sido recibido y condecorado por el presidente de Bolivia, el populista Evo Morales.....

[Leer opinión](#)

Pedro Arce Díez -

ambiente: se va a publicar en español y portugués en marzo.

## EL CONSUMO DE SODIO DEBE ESTAR POR DEBAJO DE 0,5 GRAMOS DIARIOS

Por otro lado, el responsable de FINUT ha puesto de relieve la importancia de reducir el consumo de sal diario, cuestión que abordará junto a otros profesionales en un simposio este fin de semana en México. "La cantidad mínima de sodio que necesitamos al día es 0,5 gramos o menos, sin embargo, en España y otros países se superan los 8 gramos diarios, y normalmente es la sal que añadimos y la que contienen algunos alimentos, sobre todo los procesados". México en concreto es un país donde consumen grandes cantidades sal (entre 9 y 10 gramos diarios), ya que los habitantes condimentan mucho los alimentos, práctica a la que también se suma Brasil.

A este respecto, ha incidido en que la sal utilizada con moderación "contribuye a la prevención de las enfermedades cardiovasculares, especialmente de la tensión arterial. Para hacer que el consumo baje, hay que firmar acuerdos con las empresas productoras de alimentos para que estos contengan menos sal", ha apuntado agregando que "hay que fomentar labores de concienciación a la sociedad para que limiten la ingesta de sodio".

Finalmente, Gil ha reivindicado la falta de políticas que permitan reestablecer los estilos de vida saludables, así como acciones locales en el sistema educativo para que los niños puedan tener en las escuelas acceso a actividades donde se les enseñen estos hábitos y realizar ejercicio. "Invertir en la mejora de la nutrición es invertir en la mejora del rendimiento cognitivo de los individuos, que se traduce en capacidad de generación de recursos para los países", ha concluido.

La FINUT se creó en 2011 sin ánimo de lucro y siguiendo un mandato de la Unión Internacional de Ciencias de la Nutrición, y asocia a más de 130 países. Desarrolla sus actividades en el territorio español e Iberoamérica, con el objetivo fundamental de promover el conocimiento, la investigación, el desarrollo y la innovación en nutrición a través de la cooperación internacional, favoreciendo la ayuda y formación a los jóvenes científicos.

Comentarios (0)  Menéame

¿Quieres enviar un comentario?

Comentario

Alias:

Introduzca el código:

9m0g6i

dónde nadie le había oído nunca levantar la voz en el Congreso, pues tuvo una vida política anodina....

[Leer opinión](#)

[Comentarios \(2\)](#)

**Javier Gómez-Acebo** -

### Empachar el palangre

Cuanto expresa ese marinerito dicho de Santolía y como le empachan el palangre al juez, los ilustres padres de la patria que le intentan explicar, porque el saqueo al que sometieron a Caja Madrid y Bankia no era tal saqueo. Es necesario aclarar al ciudadano lego en derecho, que los encausados, no tiene obligación de decir la verdad al juez, porque están en su derecho de no declarar contra si mismos....

[Leer opinión](#)

**José María Grande Urquijo** -

### Ucrania y Crimea en el abismo

Putin se apoderó de Crimea mediante un golpe ejecutado de forma clásica: control de las infraestructuras, cierre de las fronteras entre Crimea y el resto de Ucrania, invoca la necesidad de proteger a la población rusa y el Parlamento ruso autoriza la intervención militar de unas tropas, que ya estaban desplegadas en Crimea, para facilitar la celebración del referéndum. Curiosa manera de proteger con bayonetas un referéndum.....

[Leer opinión](#)

[Comentarios \(3\)](#)

**Francisco Glez-Riancho Colongues** -

### El caballero de la visera y los bombachos

Payne Stewart, nació un 39 de Enero de 1.957 en Springfield y falleció un 25 de Octubre de 1.999 oficialmente en Dakota del Sur, en uno de los episodios que más han conmocionado al deporte en los Estados Unidos....

[Leer opinión](#)

**Redacción** -

### Rajoy no tira la toalla

Hoy en el debate en el Congreso hemos visto a un Rajoy resuelto, seguro de si mismo, mirando a la cara del 'respetable' y diciéndoles que no pueden con él y que seguirá de Presidente. Sánchez ha ido con la 'chuleta, con 'el papeluco' que iba leyendo....

[Leer opinión](#)

**Rafael de la Sierra** -

### Diseción de una entrevista

El lunes entrevistaron al Presidente de Cantabria en Los Desayunos de TV1, uno de los programas líderes de las mañanas televisivas en España. Una estupenda ocasión para transmitir una imagen positiva de nuestra región, para hablar con rigor de nuestros problemas y alternativas y, en definitiva, para vender Cantabria. ...

[Leer opinión](#)

[Comentarios \(1\)](#)

**Tribuna Libre** . José Carlos Andrade

Destacamos Hipertensión Salud Muerte Cáncer de Próstata Tendón de Aquiles

Editado por europa **press**

2 de Marzo

# infosalus. com

ACTUALIDAD INVESTIGACIÓN FARMACIA ASISTENCIA ESTÉTICA NUTRICIÓN MUJER MAYORES PATOLOGÍAS

SE CONSUME SAL EN CANTIDADES 8 VECES MÁS ALTAS DE LO NORMAL

## Con ejercicio y dieta sana se pueden reducir algunas enfermedades crónicas sin necesidad de otras herramientas

Directorio: Consumo Nutrición España Salud Ejercicio Deporte Dieta



Foto: OHS

MADRID, 1 Mar. (EUROPA PRESS) -

Las enfermedades crónicas no transmisibles, como las cardiovasculares, la diabetes o el cáncer, tienen una repercusión enorme en la sociedad, también en la de países en vías de desarrollo, y dos de sus principales causas son la mala alimentación y el creciente sedentarismo.

En declaraciones a Europa Press, el presidente de la Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT), Ángel Gil, ha asegurado que "si se hiciera más ejercicio físico y se llevaran a cabo unos **hábitos de alimentación más saludables**, se podrían disminuir de forma sensible las enfermedades crónicas sin necesidad de nuevas herramientas, eso sí, si los **mensajes calan en la población**".

Actualizado 02/03/2015 9:33:04 CET

El experto ha explicado que en España **el problema fundamental es que mucha gente toma más energía de la que necesita y sobre con una distribución inapropiada**. "Además, se consumen menos hidratos de carbono, frutas y verduras de las que se debería, y a esto añadimos que la población se ha vuelto extremadamente sedentaria, factor que favorece la aparición de obesidad".

**Una persona puede hacer actividad física en el gimnasio una hora**

### Vídeos

### Comunicados

### Titulares

El doctor Alfredo Quiñones obtiene el Premio Iberoamericano Cortes de Cádiz de Cirugía 2015

El IMAS destina 1,3 millones de euros en el Servicio de Teleasistencia durante 2015

Tendones: los Aquiles del organismo

Descubren la fórmula que calcula el riesgo de muerte

Hipertensión: errores y falsas creencias

Primeras evidencias físicas de que la fatiga crónica es una enfermedad biológica

---

---

las sociedades desarrolladas que ha crecido en los últimos 20 años debido a los cambios sociales: antes los niños iban al colegio andando, ahora en coche o autobús; antes jugaban a las canicas después de las clases, ahora juegan con el ordenador o la "tablet", apunta Gil.

Por su parte, los países iberoamericanos se encuentran con el problema de la doble carga de malnutrición y **obesidad**, que no ocurre en este país. En el continente sigue habiendo zonas donde la desnutrición es muy grande, muestra de ello es que en Guatemala más de un 40 por ciento de la población está desnutrida; también en Perú y Bolivia la falta de micronutrientes es considerable, ha expuesto.

En lugares emergentes, especialmente en los urbanos como Brasil, hay un gran acceso de alimentos, pero no energéticos, lo que "conlleva un aumento notable de la obesidad". "Lo preocupante es que existe una dicotomía enorme entre personas excesivamente delgadas y obesas", lamenta. Sin embargo, se alegra de que Chile sea un país muy desarrollado, "con valores prácticamente iguales a los de España".

En este sentido, el experto ha anunciado que la FINUT acaba de publicar en una revista internacional prestigiosa la pirámide de los hábitos de vida saludable, que se traducirá en marzo al español y portugués, en la que figuran recomendaciones en alimentación y nutrición, así como en actividad física y en medio ambiente. se va a publicar en español y portugués en marzo.

#### **EL CONSUMO DE SODIO DEBE ESTAR POR DEBAJO DE 0,5 GRAMOS DIARIOS**

Por otro lado, el responsable de FINUT ha puesto de relieve la importancia de reducir el consumo de sal diario, cuestión que abordará junto a otros profesionales en un simposio este fin de semana en México. "La cantidad mínima de sodio que necesitamos al día es 0,5 gramos o menos, sin embargo, en España y otros países se superan los 8 gramos diarios, y normalmente es la sal que añadimos y la que contienen algunos alimentos, sobre todo los procesados". México en concreto es un país donde consumen grandes cantidades sal (entre 9 y 10 gramos diarios), ya que los habitantes condimentan mucho los alimentos, práctica a la que también se suma Brasil.

A este respecto, ha incidido en que la sal utilizada con moderación "contribuye a la prevención de las enfermedades cardiovasculares, especialmente de la tensión arterial. Para hacer que el consumo baje, hay que firmar acuerdos con las empresas productoras de alimentos para que estos contengan menos sal", ha apuntado agregando que "hay que fomentar labores de concienciación a la sociedad para que limiten la ingesta de sodio".

Finalmente, Gil ha reivindicado **la falta de políticas que permitan reestablecer los estilos de vida saludables**, así como acciones locales en el sistema educativo para que los niños puedan tener en las escuelas acceso a actividades donde se les enseñen estos hábitos y realizar ejercicio. "Invertir en la mejora de la nutrición es invertir en la mejora del rendimiento cognitivo de los individuos, que se traduce en capacidad de generación de recursos para los países", ha concluido.

La FINUT se creó en 2011 sin ánimo de lucro y siguiendo un mandato de la Unión Internacional de Ciencias de la Nutrición, y asocia a más de 130 países. Desarrolla sus actividades en el territorio español e Iberoamérica, con el objetivo fundamental de

Portada Diario E-Cyl

FUENTE :EUROPA PRESS



La nutrición, factor clave en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles  
 26 de febrero.- La nutrición es un factor clave en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles, según se ha comentado en la sesión científico-académica titulada 'Temas de actualidad en Nutrición', organizada por la Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT), con motivo de la inauguración de la nueva sede en Granada.

En 2015 se estima que 45 millones de personas fallecerán en el mundo a causa de las enfermedades crónicas cardiovasculares, cáncer y algunas enfermedades inflamatorias, según el presidente de FINUT y Catedrático del Departamento de Bioquímica y Biología Molecular II de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Granada, el profesor Ángel Gil.

Debido al aumento de la prevalencia de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) se tiene un mayor interés por estudiar la composición de la dieta, ya que parece haber una relación inversa entre la aparición de ECNT y patrones alimentarios que involucran un alto consumo de alimentos de origen vegetal. Por ejemplo, la inclusión en la dieta de antioxidantes a través del consumo elevado de frutas y verduras parece tener un efecto positivo en la salud general y en especial en la prevención y control de ECNT.

Sin embargo, cuando se habla de hábitos de vida saludables, no sólo es nutrición, sino también el continuo que va desde el descanso-sueño, hasta el ejercicio. Respecto a esto, la sociedad española se ha caracterizado en los últimos tiempos por una disminución profunda de la actividad física y del ejercicio.

Por ello, el comportamiento sedentario es un factor de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles y en la infancia se ha asociado con un aumento del sobrepeso y la obesidad. De hecho, "en España, el 71,2 por ciento de los niños y el 61,4 por ciento de las niñas realiza actividades frente de una pantalla más de dos horas al día el fin de semana", ha señalado el profesor Moreno, por lo que hay que intentar hacer actividades con los niños para que estos sean conscientes de que hay que reducir el tiempo de ocio dedicado a la televisión.

Imprimir Enviar

Más noticias >>  
 Subir

Principal

- Portada
- **C. Deontológica**
- Legislación
- Sanitaria
- Top 10
- Oposiciones
- Archivo Noticias
- Asesoría Profesional
- Biblioteca Pública
- Bolsa de Empleo
- Búsqueda Noticias
- Descargas
- Diario Enfermería
- e-formContinua@SV
- Enlaces e-Burgos
- Estadísticas.
- Pedir Cuenta Correo
- Recomiéndanos
- Surveys
- Tu cuenta
- V unica

Correo Web



Revista On-line



Campus Virtual



Hermes SMS



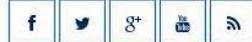
Usuarios On Line

Actualmente hay 59 invitados, 0 miembro(s) conectado(s).  
 Eres un usuario anónimo. Puedes registrarte aquí

Buscar



Acceder



Buscar en saludemia.com



Enfermedades + Síntomas Pruebas médicas Medicamentos Canales + Directorios + Actualidad Blogs

## Noticias

Con motivo de la inauguración de la nueva sede en Granada, la FINUT organiza una sesión científico-académica titulada "Temas de actualidad en Nutrición"

Compartir

Facebook

Twitter

# La Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT), comprometida con la formación e información en los ámbitos de la alimentación, la nutrición y los hábitos de vida saludables

25/02/2015 - SD

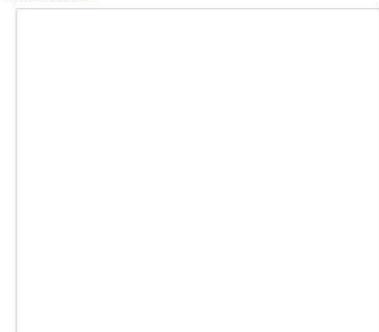
Expertos en la materia alertan que en España se han producido una **serie de cambios en los hábitos de vida saludables** y en la **alimentación** que, unidos a una disminución de la actividad física que se realiza, favorecen el desarrollo de enfermedades crónicas, en concreto, las cardiovasculares.

El Prof. Ángel Gil, presidente de la Fundación Iberoamericana de Nutrición y Catedrático del Departamento de Bioquímica y Biología Molecular II de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Granada, señala que "en 2015, se estima que 45 millones de personas fallecerán en el mundo a causa de las enfermedades crónicas (cardiovasculares, cáncer y algunas enfermedades inflamatorias)".

"El aumento de la prevalencia de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) ha conducido a un mayor interés por estudiar la composición de la dieta, ya que parece haber una relación inversa entre la aparición de ECNT y patrones alimentarios que involucran un alto consumo de alimentos de origen vegetal. La inclusión en la dieta de antioxidantes a través del consumo elevado de frutas y verduras parece tener un efecto positivo en la salud general y en especial en la prevención y control de ECNT", sostiene la Dra. María Nieves García Casal, presidenta de la Sociedad Latinoamericana de Nutrición (SLAN) y jefa del laboratorio de Fisiopatología del Centro de Medicina Experimental de Instituto Venezolano de Investigaciones Científicas.

Este incremento ha despertado un gran interés en cómo la nutrición puede ser un factor clave en la

Publicidad



Canales

Alimentación saludable

Enfermedad

Obesidad

!

#### Actualidad en Nutrición

Cuando se habla de hábitos de vida saludables, no solo es nutrición, sino también el continuo que va desde el descanso-sueño, hasta el ejercicio. La sociedad española se ha caracterizado en los últimos tiempos por una disminución profunda de la actividad física y del ejercicio. **El sedentarismo es algo distinto de la falta de actividad física, uno puede hacer actividad física en el gimnasio durante una hora, pero sin embargo puede ser sedentario si trabaja ocho horas delante de un ordenador sin moverse. De manera que el sedentarismo es importante comportamiento que es vital para evitar las enfermedades crónicas relacionadas con la nutrición**, explica el Prof. Luis Moreno, Catedrático de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Zaragoza.

El comportamiento sedentario es un factor de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles y en la infancia se ha asociado con un aumento del sobrepeso y la **obesidad**. El Prof. Moreno apunta que **en España, el 71,2% de los niños y el 61,4% de las niñas realiza actividades frente de una pantalla más de dos horas al día el fin de semana. Cuando hablamos de sedentarismo, lo más importante es reducir el tiempo dedicado a ver la televisión**. Contamos con estrategias educativas en los colegios que tratan de hacer actividades con los niños para que sean conscientes de que deben reducir el tiempo de ocio dedicado a la televisión, pero también con los padres, quienes deben controlar el consumo por parte de sus hijos. La mejor estrategia sería evitar que los niños tuvieran un aparato de TV en su habitación.

#### Cuatro años de éxito que avalan la labor de la FINUT

Desde el 2011, año de creación de la Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT), se ha trabajado en la formación a jóvenes investigadores y a profesionales de la salud en ámbitos de alimentación, nutrición y hábitos de vida saludables. Durante este periodo se han suscrito 12 convenios con entidades públicas, esencialmente universidades y centros de investigación en Iberoamérica, y ha participado activamente en la organización del XX Congreso Internacional de Nutrición en el 2013 en Granada.

Como parte de su compromiso con la difusión de la nutrición, FINUT ha desarrollado y patrocinado la exposición **“Nutrición, impulso vital”**, la cual ha tenido más de 550.000 visitantes durante su estancia en Granada. En los próximos meses irá recorriendo varias ciudades españolas hasta instalarse en Buenos Aires, sede del próximo XXI Congreso Internacional de Nutrición en el 2017, explica el Prof. Ángel Gil.

Otro gran hito de la FINUT es el desarrollo de la pirámide de hábitos de vida saludable, una innovadora pirámide que incluye, además de aspectos nutricionales, la importancia del descanso y la actividad física y la correcta relación con el medio ambiente. Publicada recientemente en inglés en la revista *Advances in Nutrition*, próximamente se va a publicar en español y en portugués en *Nutrición Hospitalaria*, dirigido a toda la comunidad iberoamericana.

 [M'agrada](#)  [Twitter](#)

#### Noticias relacionadas

- 25/02/2015 **Una dieta equilibrada previene y disminuye dolencias asociadas a la edad**
- 24/02/2015 **La bebida láctea articular sportlife de central lechera asturiana ganadora del premio nutrigold 2015**
- 23/02/2015 **Dra. Marina Pollán 'Nuestro estudio ha revelado un mayor efecto protector del patrón mediterráneo frente a los tumores triple negativos'**

Tu búsqueda () \ Clasificación por Medicamentos \ Filtro personalizado

Q Buscador

Búsquedas Populares

buscar  Incluir noticias

1. flutox jarabe 3,54 ...
2. zamene comp. 30 mg
3. espidifen granulado...

Noticias

- Generales
- Alertas
- Vademecum Box
- Especialidades Farmacéuticas
- Principios Activos

Enlaces de Interes

- Entidades:
- Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT)

► 25/02/2015 | JORNADAS

La Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT), comprometida con la formación e información en alimentación, nutrición y hábitos de vida saludables



Con motivo de la inauguración de la nueva sede en Granada, la FINUT organiza una sesión científico-académica titulada 'Temas de actualidad en Nutrición', donde los expertos reunidos destacan el papel de la nutrición como un factor clave en la prevención de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT)

Expertos en la materia alertan que en España se han producido una serie de cambios en los hábitos de vida saludables y en la alimentación que, unidos a una disminución de la actividad física que se realiza, favorecen el desarrollo de enfermedades crónicas, en concreto, las cardiovasculares.

El **Prof. Ángel Gil**, presidente de la Fundación Iberoamericana de Nutrición y Catedrático del Departamento de Bioquímica y Biología Molecular II de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Granada, señala que "en 2015, se estima que 45 millones de personas fallecerán en el mundo a causa de las enfermedades crónicas (cardiovasculares, cáncer y algunas enfermedades inflamatorias)".

"El aumento de la prevalencia de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) ha conducido a un mayor interés por estudiar la composición de la dieta, ya que parece haber una relación inversa entre la aparición de ECNT y patrones alimentarios que involucran un alto consumo de alimentos de origen vegetal. La inclusión en la dieta de antioxidantes a través del consumo elevado de frutas y verduras parece tener un efecto positivo en la salud general y en especial en la prevención y control de ECNT", sostiene la **Dra. María Nieves García Casal**, presidenta de la Sociedad Latinoamericana de Nutrición (SLAN) y jefa del laboratorio de Fisiopatología del Centro de Medicina Experimental de Instituto Venezolano de Investigaciones Científicas.

Este incremento ha despertado un gran interés en cómo la nutrición puede ser un factor clave en la prevención de estas patologías. En su compromiso con la difusión de la nutrición y los hábitos de vida saludables, la Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT) ha organizado, con motivo de la inauguración de la nueva sede en Granada, una sesión científico-académica titulada "Temas de actualidad en Nutrición".

Cuando se habla de hábitos de vida saludables, no sólo es nutrición, sino también el continuo que va desde el descanso-sueño, hasta el ejercicio. La sociedad española se ha caracterizado

Mi Vademecum

Medicamento Principios Activos

Mis Notas

Comparte esta noticia:

Tweet Enviar

Noticias relacionadas

en los últimos tiempos por una disminución profunda de la actividad física y del ejercicio. El sedentarismo es algo distinto de la falta de actividad física, uno puede hacer actividad física en el gimnasio durante una hora, pero sin embargo puede ser sedentario si trabaja ocho horas delante de un ordenador sin moverse. De manera que el sedentarismo es importante comportamiento que es vital para evitar las enfermedades crónicas relacionadas con la nutrición", explica el **Prof. Luis Moreno**, Catedrático de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Zaragoza.

El comportamiento sedentario es un factor de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles y en la infancia se ha asociado con un aumento del sobrepeso y la obesidad. El Prof. Moreno apunta que "en España, el 71,2% de los niños y el 61,4% de las niñas realiza actividades frente de una pantalla más de dos horas al día el fin de semana. Cuando hablamos de sedentarismo, lo más importante es reducir el tiempo dedicado a ver la televisión. Contamos con estrategias educativas en los colegios que tratan de hacer actividades con los niños para que sean conscientes de que deben reducir el tiempo de ocio dedicado a la televisión, pero también con los padres, quienes deben controlar el consumo por parte de sus hijos. La mejor estrategia sería evitar que los niños tuvieran un aparato de TV en su habitación".

#### **Cuatro años de éxito que avalan la labor de la FINUT**

Desde el 2011, año de creación de la Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT), se ha trabajado en la formación a jóvenes investigadores y a profesionales de la salud en ámbitos de alimentación, nutrición y hábitos de vida saludables. Durante este período se han suscrito 12 convenios con entidades públicas, esencialmente universidades y centros de investigación en Iberoamérica, y ha participado activamente en la organización del XX Congreso Internacional de Nutrición en el 2013 en Granada.

Como parte de su compromiso con la difusión de la nutrición, FINUT ha desarrollado y patrocinado la exposición "Nutrición, impulso vital", la cual ha tenido más de 550.000 visitantes durante su estancia en Granada. "En los próximos meses irá recorriendo varias ciudades españolas hasta instalarse en Buenos Aires, sede del próximo XXI Congreso Internacional de Nutrición en el 2017", explica el Prof. Ángel Gil.

Otro gran hito de la FINUT es el desarrollo de la pirámide de hábitos de vida saludable, una innovadora pirámide que incluye, además de aspectos nutricionales, la importancia del descanso y la actividad física y la correcta relación con el medio ambiente. Publicada recientemente en inglés en la revista *Advances in Nutrition*, próximamente se va a publicar en español y en portugués en *Nutrición Hospitalaria*, dirigido a toda la comunidad iberoamericana.

Fuente: Berbés Asociados

[volver al listado](#)



© Vidal Vademecum Spain | Cochabamba, 24. 28016 Madrid, España - Tel. 91 579 98 00 - Fax: 91 579 82 29 |  
Rambla Catalunya N° 2-4 6ª pta. 08007 Barcelona, España -  
Vademecum.es está reconocido oficialmente por las autoridades sanitarias correspondientes como Soporte Válido para  
incluir publicidad de medicamentos o especialidades farmacéuticas de prescripción dirigida a los profesionales sanitarios  
(S.V.nº09/10-W-CM), concedida el 3 de diciembre de 2010.

Aviso: La información que figura en esta página web, está dirigida exclusivamente al profesional destinado a prescribir o dispensar medicamentos por lo que requiere una formación especializada para su correcta interpretación.



## La nutrición, factor clave en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles

- EUROPA PRESS, MADRID

La nutrición es un factor clave en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles, según se ha comentado en la sesión científico-académica titulada 'Temas de actualidad en Nutrición', organizada por la Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT), con motivo de la inauguración de la nueva sede en Granada.



En 2015 se estima que 45 millones de personas fallecerán en el mundo a causa de las enfermedades crónicas cardiovasculares, cáncer y algunas enfermedades inflamatorias, según el presidente de FINUT y Catedrático del Departamento de Bioquímica y Biología Molecular II de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Granada, el profesor Ángel Gil.

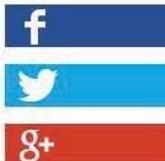
Debido al aumento de la prevalencia de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) se tiene un mayor interés por estudiar la composición de la dieta, ya que parece haber una relación inversa entre la aparición de ECNT y patrones alimentarios que involucran un alto consumo de alimentos de origen vegetal. Por ejemplo, la inclusión en la dieta de antioxidantes a través del consumo elevado de frutas y verduras parece tener un efecto positivo en la salud general y en especial en la prevención y control de ECNT.

Sin embargo, cuando se habla de hábitos de vida saludables, no sólo es nutrición, sino también el continuo que va desde el descanso-sueño, hasta el ejercicio. Respecto a esto, la sociedad española se ha caracterizado en los últimos tiempos por una disminución profunda de la actividad física y del ejercicio.

Por ello, el comportamiento sedentario es un factor de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles y en la infancia se ha asociado con un aumento del sobrepeso y la obesidad. De hecho, "en España, el 71,2 por ciento de los niños y el 61,4 por ciento de las niñas realiza actividades enfrente de una pantalla más de dos horas al día el fin de semana", ha señalado el profesor Moreno, por lo que hay que intentar hacer actividades con los niños para que estos sean conscientes de que hay que reducir el tiempo de ocio dedicado a la televisión.

**KIT BUENOS DÍAS**

COMPARTIR



### AL MINUTO

10:05 **Consejero Antonio Cerdá, el más veterano del Gobierno murciano e imputado en 'Novo Carthago', presenta su dimisión**

10:02 **El gasto de los turistas extranjeros aumentó un 9,5% en enero, hasta 3.402 millones**

10:02 **Prosegur gana 159**

### KIT BUENOS DÍAS



### LO MÁS

- Las Nuevas Guías Dietéticas Americanas incluyen la dieta mediterránea como patrón saludable cardiovascular**
- Tres de cada cuatro ictus afectan a pacientes mayores de 65 años**
- Llega a España un nuevo fármaco oral contra la esclerosis múltiple que reduce a la mitad los brotes**
- Biopsias de piel pueden arrojar información sobre el Alzheimer**
- Hepatólogos urgen a las CCAA que eliminen trabas y no tarden más de 3 semanas en dar**

La presente web utiliza cookies para mejorar su experiencia de navegación y realizar tareas de análisis.  
Al continuar con su navegación entendemos que da su consentimiento a nuestra política de cookies

Aceptar



Conoce Ondacro.com | Conoce Ondainversion.com | Conoce Ondamujer.com | Conoce Ondarcoiris.com

Audiencias TV | Suscríbete a nuestro boletín | pr en tu móvil | La Sombra Producciones | Clubagencias | Top Blogs | Audiencia social

jueves, 26 de febrero de 2015

Buscar

#### Compartir

- Facebook
- Twitter
- Menéame
- Google+
- Correo electrónico
- Imprimir
- Más...

## FINUT, comprometida con la formación e información en los ámbitos de la alimentación

REDACCIÓN PRNOTICIAS

25/02/15 13:31



Expertos en la materia alertan que en España se han producido una serie de cambios en los hábitos de vida saludables y en la alimentación que, unidos a una disminución de la actividad física que se realiza, favorecen el desarrollo de enfermedades crónicas, en concreto, las cardiovasculares.



El Prof. Ángel Gil, presidente de la Fundación Iberoamericana de Nutrición y Catedrático del Departamento de Bioquímica y Biología Molecular II de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Granada, señala que "en 2015, se estima que 45 millones de personas fallecerán en el mundo a causa de las enfermedades crónicas (cardiovasculares, cáncer y algunas enfermedades inflamatorias)".

#### Últimas noticias

- 09:40 En los juzgados
- 09:10 ONDA CRO ¿Cómo apartar el ruido en las redes sociales?
- 08:35 Madonna se desploma en los Brit Awards, y las redes sociales la ovacionan
- 08:30 Ofertas de trabajo en Comunicación: Hill + Knowlton, Nautalia o bq tienen empleo para ti
- 08:09 Jefes, tróspidos (11,7%) y 'GH VIP' (13,9%) ensombrecen el final de 'Algo que celebrar' (13,2%)
- 08:03 'ABC' certifica 5.400 suscriptores y 13.500 descargas diarias en su edición digital (Kiosko y Más)
- 07:54 QJD 'Marca' pierde más de 20.000 ejemplares de sus ventas en enero y 'AS' más de 12.000
- 04:03 Llorente & Cuenca crece un 12,5% en 2014
- 18:50 VÍDEO César Aluerta (Telefónica): 'Queremos ser la mayor televisión de pago en español del mundo'
- 18:44 Vocento aumenta sus pérdidas un 47% hasta 22,3 millones de euros por el efecto de extraordinarios

Más Leídas Últimos comentarios

- La estrategia de Moncloa para frenar a Podemos: obliga a la prensa 'fiel' a volcarse con Ciudadanos
- Terremoto en COPE: 19 despedidos entre ellos Juanma Rodríguez, Alicia Ayala y Miryam Ponte
- Terremoto en COPE (2): Rubén Uría y María del Valle también son despedidos en el ERE encubierto
- Ofertas de trabajo en Comunicación: la Embajada Británica o Infopress tienen empleo para ti
- Paco González tiene un recuerdo para

transmisibles (ECNT) ha conducido a un mayor interés por estudiar la composición de la dieta, ya que parece haber una relación inversa entre la aparición de ECNT y patrones alimentarios que involucran un alto consumo de alimentos de origen vegetal. La inclusión en la dieta de antioxidantes a través del consumo elevado de frutas y verduras parece tener un efecto positivo en la salud general y en especial en la prevención y control de ECNT', sostiene la Dra. María Nieves García Casal, presidenta de la Sociedad Latinoamericana de Nutrición (SLAN) y jefa del laboratorio de Fisiopatología del Centro de Medicina Experimental de Instituto Venezolano de Investigaciones Científicas.

Este incremento ha despertado un gran interés en cómo la nutrición puede ser un factor clave en la prevención de estas patologías. En su compromiso con la difusión de la nutrición y los hábitos de vida saludables, la Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT) ha organizado, con motivo de la inauguración de la nueva sede en Granada, una sesión científico-académica titulada 'Temas de actualidad en Nutrición'.

Quando se habla de hábitos de vida saludables, no sólo es nutrición, sino también el continuo que va desde el descanso-sueño, hasta el ejercicio. La sociedad española se ha caracterizado en los últimos tiempos por una disminución profunda de la actividad física y del ejercicio. 'El sedentarismo es algo distinto de la falta de actividad física, uno puede hacer actividad física en el gimnasio durante una hora, pero sin embargo puede ser sedentario si trabaja ocho horas delante de un ordenador sin moverse. De manera que el sedentarismo es importante comportamiento que es vital para evitar las enfermedades crónicas relacionadas con la nutrición', explica el Prof. Luis Moreno, Catedrático de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Zaragoza.

El comportamiento sedentario es un factor de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles y en la infancia se ha asociado con un aumento del sobrepeso y la obesidad. El Prof. Moreno apunta que 'en España, el 71,2% de los niños y el 61,4% de las niñas realiza actividades enfrente de una pantalla más de dos horas al día el fin de semana. Cuando hablamos de sedentarismo, lo más importante es reducir el tiempo dedicado a ver la televisión. Contamos con estrategias educativas en los colegios que tratan de hacer actividades con los niños para que sean conscientes de que deben reducir el tiempo de ocio dedicado a la televisión, pero también con los padres, quiénes deben controlar el consumo por parte de sus hijos. La mejor estrategia sería evitar que los niños tuvieran un aparato de TV en su habitación'.

[< Anterior](#)   [Siguiente >](#)

 **Escribir un comentario**

[Comments](#)

uego del domingo

- QJD ENERO 'El País', 'El Mundo' y 'ABC' pierden 87.400 ejemplares de difusión en el comienzo del año
- Crisis en 'El País': HSBC, desplome en difusión y liderazgo gracias a 57.000 ejemplares extranjeros
- Despidos COPE: la dirección ocultó las salidas para no reventar la charla de Barriocanal en el Ritz
- VIDEO La publicidad en punto de venta podría ser ineficaz, según un estudio de neuromarketing
- Javier Nart a Carolina Bescansa en 'laSexta noche': 'Eres una ignorante y una demagoga'
- Daniel Estulin (Club Bilderberg): 'Podemos es una asociación creada y financiada por la masonería' (1)
- Javier Nart a Carolina Bescansa en 'laSexta noche': 'Eres una ignorante y una demagoga' (2)
- Vicente Jiménez, un duro que quiso ser director de 'El País', para encauzar el rumbo de Cadena SER (1)
- Crisis en 'El País': HSBC, desplome en difusión y liderazgo gracias a 57.000 ejemplares extranjeros (4)
- Paco González tiene un recuerdo para los despedidos en COPE en el 'Tiempo de Juego' del domingo (6)
- ¿Cómo se gestiona la publicidad en las redes sociales y cuánto cuesta? (25)
- #PabloJglesiasenT5 supera con creces a Rajoy y Sánchez con cerca de 4,3 millones de espectadores (2)
- QJD ENERO 'El País', 'El Mundo' y 'ABC' pierden 87.400 ejemplares de difusión en el comienzo del año (3)
- M80 sigue 'esculpiendo' su nuevo look: cambio de logo y numerosa publicidad exterior (1)
- Despidos COPE: la dirección ocultó las salidas para no reventar la charla de Barriocanal en el Ritz (3)



prnoticias - C/ Marqués de Monteagudo 18, 2ª Planta, 28028 Madrid (España) - Tlf (34) 91 713 11 72 - [\[email protected\]](#)  
 © Copyright 1999 - AVISO LEGAL - NORMAS DE USO DE COMENTARIOS - POLÍTICA DE COOKIES

pr

 **LA SOMBRA PRODUCCIONES**

 **onda cro**

 **noticias.com**

 **Kiosko free.com**

 **clubagencias.com**



**NEWS3EDAD INTERNATIONAL NEWS**

**ÚLTIMO NÚMERO**

**atenzia**

¿Mi madre me lo ha dado todo. Ahora me toca devolverlo?!

El servicio que cuida de la persona que más quieres con el mejor servicio.

**teleasistencia**  
El mejor aliado para vivir la tercera edad.

**Los ojos de su madre**

**J. GUZMAN**  
AJUDAS TÉCNICAS I ORTOPEDIA S.L.

**SERVICIOS DE RENTING DE LENCERÍA**

**markatex**

**NUTRIIR**

**"Temas de actualidad en Nutrición"**

Feb 2015

Feb15 · portFeb15

Expertos en la materia alertan que en España se han producido una serie de cambios en los hábitos de vida saludables y en la alimentación que, unidos a una disminución de la actividad física que se realiza, favorecen el desarrollo de enfermedades crónicas, en concreto, las cardiovasculares.



El Prof. Ángel Gil, presidente de la Fundación Iberoamericana de Nutrición y Catedrático del Departamento de Bioquímica y Biología Molecular II de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Granada, señala que "en 2015, se estima que 45 millones de personas fallecerán en el mundo a causa de las enfermedades crónicas (cardiovasculares, cáncer y algunas enfermedades inflamatorias)".

"El aumento de la prevalencia de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) ha conducido a un mayor interés por estudiar la composición de la dieta, ya que parece haber una relación inversa entre la aparición de ECNT y patrones alimentarios que involucran un alto consumo de alimentos de origen vegetal. La inclusión en la dieta de antioxidantes a través del consumo elevado de frutas y verduras parece tener un efecto positivo en la salud general y en especial en la prevención y control de ECNT", sostiene la Dra. María Nieves García Casal, presidenta de la Sociedad Latinoamericana de Nutrición (SLAN) y jefa del laboratorio de Fisiopatología del Centro de Medicina Experimental de Instituto Venezolano de Investigaciones Científicas.

Este incremento ha despertado un gran interés en cómo la nutrición puede ser un factor clave en la prevención de estas patologías. En su compromiso con la difusión de la nutrición y los hábitos de vida saludables, la Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT) ha organizado, con motivo de la inauguración de la nueva sede en Granada, una sesión científico-académica titulada "Temas de actualidad en Nutrición". Cuando se habla de hábitos de vida saludables, no sólo es nutrición, sino también el continuo que va desde el descanso-sueño, hasta el ejercicio. La sociedad española se ha caracterizado en los últimos tiempos por una disminución profunda de la actividad física y del ejercicio. "El sedentarismo es algo distinto de la falta de actividad física, uno puede hacer actividad física en el gimnasio durante una hora, pero sin embargo puede ser sedentario si trabaja ocho horas delante de un ordenador sin moverse. De manera que el sedentarismo es importante comportamiento que es vital para evitar las enfermedades crónicas relacionadas con la nutrición", explica el Prof. Luis Moreno, Catedrático de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Zaragoza.

El comportamiento sedentario es un factor de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles y en la infancia se ha asociado con un aumento del sobrepeso y la obesidad. El Prof. Moreno apunta que "en España, el 71,2% de los niños y el 61,4% de las niñas realiza actividades enfrente de una pantalla más de dos horas al día el fin de semana. Cuando hablamos de sedentarismo, lo más importante es reducir el tiempo dedicado a ver la televisión. Contamos con estrategias educativas en las escuelas que tratan



Suscríbete a nuestro boletín de noticias

Suscribirse



¡Síguenos en Facebook!



mejor estrategia sería evitar que los niños tuvieran un aparato de TV en su habitación".

#### Cuatro años de éxito que avalan la labor de la FINUT

Desde el 2011, año de creación de la Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT), se ha trabajado en la formación a jóvenes investigadores y a profesionales de la salud en ámbitos de alimentación, nutrición y hábitos de vida saludables. Durante este periodo se han suscrito 12 convenios con entidades públicas, esencialmente universidades y centros de investigación en Iberoamérica, y ha participado activamente en la organización del XX Congreso Internacional de Nutrición en el 2013 en Granada.

Como parte de su compromiso con la difusión de la nutrición, FINUT ha desarrollado y patrocinado la exposición "Nutrición, impulso vital", la cual ha tenido más de 550.000 visitantes durante su estancia en Granada. "En los próximos meses irá recorriendo varias ciudades españolas hasta instalarse en Buenos Aires, sede del próximo XXI Congreso Internacional de Nutrición en el 2017", explica el Prof. Ángel Gil.

Otro gran hito de la FINUT es el desarrollo de la pirámide de hábitos de vida saludable, una innovadora pirámide que incluye, además de aspectos nutricionales, la importancia del descanso y la actividad física y la correcta relación con el medio ambiente. Publicada recientemente en inglés en la revista Advances in Nutrition, próximamente se va a publicar en español y en portugués en Nutrición Hospitalaria, dirigido a toda la comunidad iberoamericana.

[Aviso legal](#) | [Política de privacidad](#) |

[Mapa del sitio](#)

© Grupo Acorde Comunicación, S. L. L.

MedicinaTV » Noticias » La nutrición, factor clave en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles



## La nutrición, factor clave en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles

MADRID, 25 (EUROPA PRESS)

La nutrición es un factor clave en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles, según se ha comentado en la sesión científico-académica titulada 'Temas de actualidad en Nutrición', organizada por la Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT), con motivo de la inauguración de la nueva sede en Granada.

En 2015 se estima que 45 millones de personas fallecerán en el mundo a causa de las enfermedades crónicas cardiovasculares, cáncer y algunas enfermedades inflamatorias), según el presidente de FINUT y Catedrático del Departamento de Bioquímica y Biología Molecular II de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Granada, el profesor Ángel Gil.

Debido al aumento de la prevalencia de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) se tiene un mayor interés por estudiar la composición de la dieta, ya que parece haber una relación inversa entre la aparición de ECNT y patrones alimentarios que involucran un alto consumo de alimentos de origen vegetal. Por ejemplo, la inclusión en la dieta de antioxidantes a través del consumo elevado de frutas y verduras parece tener un efecto positivo en la salud general y en especial en la prevención y control de ECNT.

Sin embargo, cuando se habla de hábitos de vida saludables, no sólo es nutrición, sino también el continuo que va desde el descanso-sueño, hasta el ejercicio. Respecto a esto, la sociedad española se ha caracterizado en los últimos tiempos por una disminución profunda de la actividad física y del ejercicio.

Por ello, el comportamiento sedentario es un factor de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles y en la infancia se ha asociado con un aumento del sobrepeso y la obesidad. De hecho, "en España, el 71,2 por ciento de los niños y el 61,4 por ciento de las niñas realiza actividades enfrente de una pantalla más de dos horas al día el fin de semana", ha señalado el profesor Moreno, por lo que hay que intentar hacer actividades con los niños para que estos sean conscientes de que hay que reducir el tiempo de ocio dedicado a la televisión.



Recibe nuestro boletín semanal

¡Suscríbete ahora!

MedicinaTV no se hace responsable de las opiniones expresadas por los usuarios de esta web en sus comentarios, se reserva el derecho a publicar o eliminar los comentarios que considere oportunos.



Copyright 2015 MedicinaTV

Los contenidos profesionales médicos, enfermedades, salud y bienestar de este sitio web son únicamente para fines informativos, y no es utilizable como consejo médico, diagnóstico o tratamiento. El uso

Síguenos





TEMAS DE ACTUALIDAD EN NUTRICIÓN

# La nutrición, factor clave en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles

Europa Press

miércoles, 25 de febrero de 2015, 14:43

MADRID, 25 (EUROPA PRESS)

La nutrición es un factor clave en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles, según se ha comentado en la sesión científico-académica titulada 'Temas de actualidad en Nutrición', organizada por la Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT), con motivo de la inauguración de la nueva sede en Granada.

En 2015 se estima que 45 millones de personas fallecerán en el mundo a causa de las enfermedades crónicas cardiovasculares, cáncer y algunas enfermedades inflamatorias), según el presidente de FINUT y Catedrático del Departamento de Bioquímica y Biología Molecular II de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Granada, el profesor Ángel Gil.

Debido al aumento de la prevalencia de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) se tiene un mayor interés por estudiar la composición de la dieta, ya que parece haber una relación inversa entre la aparición de ECNT y patrones alimentarios que involucran un alto consumo de alimentos de origen vegetal. Por ejemplo, la inclusión en la dieta de antioxidantes a través del consumo elevado de frutas y verduras parece tener un efecto positivo en la salud general y en especial en la prevención y control de ECNT.

Sin embargo, cuando se habla de hábitos de vida saludables, no sólo es nutrición, sino también el continuo que va desde el descanso-sueño, hasta el ejercicio. Respecto a esto, la sociedad española se ha caracterizado en los últimos tiempos por una disminución profunda de la actividad física y del ejercicio.

Por ello, el comportamiento sedentario es un factor de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles y en la infancia se ha asociado con un aumento del sobrepeso y la obesidad. De hecho, "en España, el 71,2 por ciento de los niños y el 61,4 por ciento de las niñas realiza actividades enfrente de una pantalla más de dos horas al día el fin de semana", ha señalado el profesor Moreno, por lo que hay que intentar hacer actividades con los niños para que estos sean conscientes de que hay que reducir el tiempo de ocio dedicado a la televisión.

Twitter



ahora en portada



El Constitucional anula por unanimidad el referéndum separatista de Mas



Pablo Iglesias reta a Rajoy a debatir 'cara a cara' en televisión



Societat Civil Catalana estrena delegación en Bruselas



De Kant a Cervantes: Gabilondo transforma su primer mítin en una clase



Paula y Bustamante 'huyen' a las Canarias

'El Ministerio del Tiempo' convence a 3 millones en su...

## Comentarios

### Comenta esta información

Usuario:

Comentario:

Ver condiciones

Ver términos legales

Código de seguridad: Copia el código:



La Voz Libre en tu correo

## 'TEMAS DE ACTUALIDAD EN NUTRICIÓN'

### La nutrición, factor clave en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles

Directorio: Nutrición Granada Bioquímica Biología Molecular

Publicado 25/02/2015 14:43:49 CET

MADRID, 25 Feb. (EUROPA PRESS) -

La nutrición es un factor clave en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles, según se ha comentado en la sesión científico-académica titulada 'Temas de actualidad en Nutrición', organizada por la Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT), con motivo de la inauguración de la nueva sede en Granada.

En 2015 se estima que 45 millones de personas fallecerán en el mundo a causa de las enfermedades crónicas cardiovasculares, cáncer y algunas enfermedades inflamatorias, según el presidente de FINUT y Catedrático del Departamento de Bioquímica y Biología Molecular II de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Granada, el profesor Ángel Gil.

Debido al aumento de la prevalencia de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) se tiene un mayor interés por estudiar la composición de la dieta, ya que parece haber una relación inversa entre la aparición de ECNT y patrones alimentarios que involucran un alto consumo de alimentos de origen vegetal. Por ejemplo, la inclusión en la dieta de antioxidantes a través del consumo elevado de frutas y verduras parece tener un efecto positivo en la salud general y en especial en la prevención y control de ECNT.

Sin embargo, cuando se habla de hábitos de vida saludables, no sólo es nutrición, sino también el continuo que va desde el descanso-sueño, hasta el ejercicio. Respecto a esto, la sociedad española se ha caracterizado en los últimos tiempos por una disminución profunda de la actividad física y del ejercicio.

Por ello, el comportamiento sedentario es un factor de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles y en la infancia se ha asociado con un aumento del sobrepeso y la obesidad. De hecho, "en España, el 71,2 por ciento de los niños y el 61,4 por ciento de las

## Vídeos

## Comunicados

## Titulares

La nutrición, factor clave en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles

Empresas.- La bebida Sportlife de Central Lechera Asturiana obtiene el Premio Nutrigold 2015 al producto más innovador

La dieta mediterránea llega a las Nuevas Guías Dietéticas Americanas

El consumo de cacahuete, ¿previene su alergia?

La dieta mediterránea ejerce un efecto protector sobre un subtipo del cáncer de mama

Diez consejos para prevenir la obesidad infantil en la mesa

con los niños para que estos sean conscientes de que hay que reducir el tiempo de ocio dedicado a la televisión.

[Sigue a @infosalus.com](#)

## Noticias Recomendadas

Y si no le castigo, ¿qué hago?

La esquizofrenia, ¿consecuencia de la evolución...

El impacto de la enfermedad cardiovascular en la

Controlar la mano biónica con la mente

### Comunicados

WEB Sanitaria  
Acreditada  
SEAFORMEC

© 2015 Europa Press. Está expresamente prohibida la redistribución y la redifusión de todo o parte de los contenidos de esta web sin su previo y expreso consentimiento.

[Uso de cookies](#)

[Acerca de infosalus](#)

# informativostelecincinco.com

Inicio Lo último Economía Tecnología Sociedad Deportes + secciones A la Carta El Tiempo

ES NOTICIA > Lo + visto > Oscar 2015 > Grecia > Pablo Iglesias > Pujol > Fernando Alonso > Es viral > Trailers > Blogs

## La nutrición, factor clave en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles

25.02.15 | 14:43h. | EUROPA PRESS | MADRID

**La nutrición es un factor clave en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles, según se ha comentado en la sesión científico-académica titulada 'Temas de actualidad en Nutrición', organizada por la Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT), con motivo de la inauguración de la nueva sede en Granada.**

En 2015 se estima que 45 millones de personas fallecerán en el mundo a causa de las enfermedades crónicas cardiovasculares, cáncer y algunas enfermedades inflamatorias), según el presidente de FINUT y Catedrático del Departamento de Bioquímica y Biología Molecular II de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Granada, el profesor Ángel Gil.

Debido al aumento de la prevalencia de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) se tiene un mayor interés por estudiar la composición de la dieta, ya que parece haber una relación inversa entre la aparición de ECNT y patrones alimentarios que involucran un alto consumo de alimentos de origen vegetal. Por ejemplo, la inclusión en la dieta de antioxidantes a través del consumo elevado de frutas y verduras parece tener un efecto positivo en la salud general y en especial en la prevención y control de ECNT.

Sin embargo, cuando se habla de hábitos de vida saludables, no sólo es nutrición, sino también el continuo que va desde el descanso-sueño, hasta el ejercicio. Respecto a esto, la sociedad española se ha caracterizado en los últimos tiempos por una disminución profunda de la actividad física y del ejercicio.

Por ello, el comportamiento sedentario es un factor de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles y en la infancia se ha asociado con un aumento del sobrepeso y la obesidad. De hecho, "en España, el 71,2 por ciento de los niños y el 61,4 por ciento de las niñas realiza actividades enfrente de una pantalla más de dos horas al día el fin de semana", ha señalado el profesor Moreno, por lo que hay que intentar hacer actividades con los niños para que estos sean conscientes de que hay que reducir el tiempo de ocio dedicado a la televisión.

DÉJANOS TU OPINIÓN

### COMPARTIR



Más redes

### PUBLICIDAD

### LO MÁS VISTO EN INFORMATIVOS

-  ¿Abandona Jamie Dornan la secuela de 50 sombras de Grey?
-  Las autoridades de Guatemala localizan a una niña de diez años embarazada
-  Mata a su novia al imitar una escena de '50 sombras de Grey'
-  La entrevista a Pablo Iglesias, íntegra
-  Joan Baldoví sufre un desvanecimiento en la tribuna de oradores
-  Pelea entre conductores en el centro de Valencia
-  Una mujer intenta castrar a su novio a mordiscos mientras dormía
-  Sonia Monroy, ¿expulsada de la alfombra roja por vestir la bandera española?
-  Una joven en estado grave tras ser atropellada brutalmente por una moto

+ ver más

INFORMATIVOSTELECCINCO.COM

## La nutrición es un factor clave en la prevención de las enfermedades crónicas no transmisibles



La Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT), comprometida con la formación e información en los ámbitos de la alimentación, la nutrición y los hábitos de vida saludables

Expertos en la materia alertan que en España se han producido una serie de cambios en los hábitos de vida saludables y en la alimentación que, unidos a una disminución de la actividad física que se realiza, favorecen el desarrollo de enfermedades crónicas, en concreto, las cardiovasculares.

El **Prof. Ángel Gil**, presidente de la Fundación Iberoamericana de Nutrición y Catedrático del Departamento de Bioquímica y Biología Molecular II de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Granada, señala que "en 2015, se estima que 45 millones de personas fallecerán en el mundo a causa de las enfermedades crónicas (cardiovasculares, cáncer y algunas enfermedades inflamatorias)".

"El aumento de la prevalencia de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) ha conducido a un mayor interés por estudiar la composición de la dieta, ya que parece haber una relación inversa entre la aparición de ECNT y patrones alimentarios que involucran un alto consumo de alimentos de origen vegetal. La inclusión en la dieta de antioxidantes a través del consumo elevado de frutas y verduras parece tener un efecto positivo en la salud general y en especial en la prevención y control de ECNT", sostiene la **Dra. María Nieves García Casal**, presidenta de la Sociedad Latinoamericana de Nutrición (SLAN) y jefa del laboratorio de Fisiopatología del Centro de Medicina Experimental de Instituto Venezolano de Investigaciones Científicas.

Este incremento ha despertado un gran interés en cómo la nutrición puede ser un factor clave en la prevención de estas patologías. En su compromiso con la difusión de la nutrición y los hábitos de vida saludables, la Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT) ha organizado, con motivo de la inauguración de la nueva sede en Granada, una sesión científico-académica titulada "Temas de actualidad en Nutrición".

Cuando se habla de hábitos de vida saludables, no sólo es nutrición, sino también el continuo que va desde el descanso-sueño, hasta el ejercicio. La sociedad española se ha caracterizado en los últimos tiempos por una disminución profunda de la actividad física y del ejercicio. "El sedentarismo es algo distinto de la falta de actividad física, uno puede hacer actividad física en el gimnasio durante una hora, pero sin embargo puede ser sedentario si trabaja ocho horas delante de un ordenador sin moverse. De manera que el sedentarismo es importante comportamiento que es vital para evitar las enfermedades crónicas relacionadas con la nutrición", explica el **Prof. Luis Moreno**, Catedrático de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Zaragoza.

El comportamiento sedentario es un factor de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles y en la infancia se ha asociado con un aumento del sobrepeso y la obesidad. El Prof. Moreno apunta que "en España, el 71,2% de los niños y el 61,4% de las niñas realiza actividades enfrente de una pantalla más de dos horas al día el fin de semana. Cuando hablamos de sedentarismo, lo más importante es reducir el tiempo dedicado a ver la televisión. Contamos con estrategias educativas en los colegios que tratan de hacer actividades con los niños para que sean conscientes de que deben reducir el tiempo de ocio dedicado a la televisión, pero también con los padres, quiénes deben controlar el consumo por parte de sus hijos. La mejor estrategia sería evitar que los niños tuvieran un aparato de TV en su habitación".

### **Cuatro años de éxito que avalan la labor de la FINUT**

Desde el 2011, año de creación de la Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT), se ha trabajado en la formación a jóvenes investigadores y a profesionales de la salud en ámbitos de alimentación, nutrición y hábitos de vida saludables. Durante este período se han suscrito 12 convenios con entidades públicas, esencialmente universidades y centros de investigación en Iberoamérica, y ha participado activamente en la organización del XX Congreso Internacional de Nutrición en el 2013 en Granada.

Como parte de su compromiso con la difusión de la nutrición, FINUT ha desarrollado y patrocinado la exposición "Nutrición, impulso vital", la cual ha tenido más de 550.000 visitantes durante su estancia en Granada. "En los próximos meses irá recorriendo varias ciudades españolas hasta instalarse en Buenos Aires, sede del próximo XXI Congreso Internacional de Nutrición en el 2017", explica el Prof. Ángel Gil.

Otro gran hito de la FINUT es el desarrollo de la pirámide de hábitos de vida saludable, una innovadora pirámide que incluye, además de aspectos nutricionales, la importancia del descanso y la actividad física y la correcta relación con el medio ambiente. Publicada recientemente en inglés en la revista *Advances in Nutrition*, próximamente se va a publicar en español y en portugués en *Nutrición Hospitalaria*, dirigido a toda la comunidad iberoamericana.

## La Fundación Iberoamericana de Nutrición, comprometida con la formación e información en los ámbitos de la alimentación, la nutrición y los hábitos de vida saludables

Atrás

La sociedad española se caracteriza por no haber aumentado la ingesta energética, sin embargo ha habido una disminución profunda de la actividad física y del ejercicio y un aumento del sedentarismo

Redacción EM 25-02-2015



COMPARTIR



Expertos en la materia alertan que en España se han producido una serie de cambios en los hábitos de vida saludables y en la alimentación que, unidos a una disminución de la actividad física que se realiza, favorecen el desarrollo de enfermedades crónicas, en concreto, las cardiovasculares.

El profesor Ángel Gil, presidente de la Fundación Iberoamericana de Nutrición y Catedrático del Departamento de Bioquímica y Biología Molecular II de la

Facultad de Farmacia de la Universidad de Granada, señala que en 2015, se estima que 45 millones de personas fallecerán en el mundo a causa de las enfermedades crónicas (cardiovasculares, cáncer y algunas enfermedades inflamatorias).

El aumento de la prevalencia de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) ha conducido a un mayor interés por estudiar la composición de la dieta, ya que parece haber una relación inversa entre la aparición de ECNT y patrones alimentarios que involucran un alto consumo de alimentos de origen vegetal. La inclusión en la dieta de antioxidantes a través del consumo elevado de frutas y verduras parece tener un efecto positivo en la salud general y en especial en la prevención y control de ECNT, sostiene la doctora María Nieves García Casal, presidenta de la Sociedad Latinoamericana de Nutrición (SLAN) y jefa del laboratorio de Fisiopatología del Centro de Medicina Experimental de Instituto Venezolano de Investigaciones Científicas.

Este incremento ha despertado un gran interés en cómo la nutrición puede ser un factor clave en la prevención de estas patologías. En su compromiso con la difusión de la nutrición y los hábitos de vida saludables, la Fundación Iberoamericana de Nutrición (Finut) ha organizado, con motivo de la inauguración de la nueva sede en Granada, una sesión científico-académica titulada Temas de actualidad en Nutrición.

Cuando se habla de hábitos de vida saludables, no solo es nutrición, sino también el continuo que va desde el descanso-sueño, hasta el ejercicio. La sociedad española se ha caracterizado en los últimos tiempos por una disminución profunda de la actividad física y del ejercicio. El sedentarismo es algo distinto de la falta de actividad física, uno puede hacer actividad física en el gimnasio durante una hora, pero sin embargo puede ser sedentario si trabaja ocho horas delante de un ordenador sin moverse.

Analizando el presente, creando futuro

Conclusiones del II Ateneo Gerontológico celebrado en Madrid



• Monográfico • Ponencias • Programa

"Buenas prácticas hacia la innovación: conversaciones y tendencias"



Agenda



Ed. Impresa



Encuestas



RSS

## Newsletter

Síguenos y suscríbete a través de nuestro diario online



### EDICIONES AUTONÓMICAS

#### Andalucía

- Moreno anuncia un Plan de modernización de los hospitales andaluces
- Susana Díaz: 'La dependencia es un derecho sostenible que crea empleo'
- El Consultivo da la razón a la Diputación de Granada ante la empresa de Turismo Tropical que dejó sin plaza a más de 4.100 mayores

#### Castilla y León

- Buena acogida del programa En mi casa en el centro de mayores zamorana de Moraleja del Vino
- Climatología, poesía y era digital en el Espacio Mayores
- Kutxabank continuará apoyando a AFA Zamora y Azdem

#### Euskadi

- Profesionales de la residencia José María Azkuna explicaron al alumnado del colegio El

El comportamiento sedentario es un factor de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles y en la infancia se ha asociado con un aumento del sobrepeso y la obesidad. El profesor Moreno apunta que en España, el 71,2% de los niños y el 61,4% de las niñas realiza actividades enfrente de una pantalla más de dos horas al día el fin de semana. Cuando hablamos de sedentarismo, lo más importante es reducir el tiempo dedicado a ver la televisión. Contamos con estrategias educativas en los colegios que tratan de hacer actividades con los niños para que sean conscientes de que deben reducir el tiempo de ocio dedicado a la televisión, pero también con los padres, quiénes deben controlar el consumo por parte de sus hijos. La mejor estrategia sería evitar que los niños tuvieran un aparato de TV en su habitación.

#### Cuatro años de éxito que avalan la labor de la Finut

Desde el 2011, año de creación de la Fundación Iberoamericana de Nutrición (Finut), se ha trabajado en la formación a jóvenes investigadores y a profesionales de la salud en ámbitos de alimentación, nutrición y hábitos de vida saludables. Durante este período se han suscrito doce convenios con entidades públicas, esencialmente universidades y centros de investigación en Iberoamérica, y ha participado activamente en la organización del XX Congreso Internacional de Nutrición en el 2013 en Granada.

Como parte de su compromiso con la difusión de la nutrición, Finut ha desarrollado y patrocinado la exposición Nutrición, impulso vital, la cual ha tenido más de 550.000 visitantes durante su estancia en Granada. En los próximos meses irá recorriendo varias ciudades españolas hasta instalarse en Buenos Aires, sede del próximo XXI Congreso Internacional de Nutrición en el 2017, explica el profesor Ángel Gil.

Otro gran hito de la Finut es el desarrollo de la pirámide de hábitos de vida saludable, una innovadora pirámide que incluye, además de aspectos nutricionales, la importancia del descanso y la actividad física y la correcta relación con el medio ambiente. Publicada recientemente en inglés en la revista *Advances in Nutrition*, próximamente se va a publicar en español y en portugués en *Nutrición Hospitalaria*, dirigido a toda la comunidad iberoamericana.

• Bizkaia impulsa la promoción de la autonomía personal de las personas afectadas con Esclerosis Múltiple

#### Galicia

- Feijóo destaca que la sanidad pública gallega se está centrando en nuevos retos como el envejecimiento
- Los vecinos de Foz dispondrán de una nueva residencia y centro de día
- El PSDG pide a la Xunta que restituya 'cinco años de recortes'

#### ÚLTIMAS NOTICIAS

- El 43% de los españoles no se muestra preocupado sobre sus ingresos en su futura jubilación
- ¿Cómo ha de ser el abordaje del cáncer de mama en las mujeres mayores?
- La industria farmacéutica apuesta por ir de la mano con la Administración Sanitaria para mejorar y asegurar el SNS
- El 'Programa Padrino' fomenta la integración laboral de desempleados mayores de 45 años
- La Dirección General del Mayor premia a las residencias Adavir de Villalba y Ciudad Lineal
- El General potencia la salud del corazón de sus pacientes a través de Mimocardio
- La Rioja va a poner en marcha un programa de búsqueda activa de portadores del virus de la hepatitis C
- La Fundación Iberoamericana de Nutrición, comprometida con la formación e información en los ámbitos de la alimentación, la nutrición y los hábitos de vida saludables
- Madrid implanta un nuevo modelo de coordinación sociosanitaria
- Castilla-La Mancha aumenta en 5.320 los servicios profesionales que ofrece a los dependientes desde 2011

## CUÉNTANOSLO

PERIODISMO CIUDADANO

1.- ¿Has sido testigo o partícipe de alguna noticia?

2.- Para enviarnos tus comentarios, puedes hacerlo a través de **Internet**.

3.- Tu noticia aparecerá publicada en esta **sección**.

PUBLICIDAD

PUBLICIDAD | NUESTROS MAYORES PUBLICACIONES | CONTACTO | AVISO LEGAL | CRÉDITOS



**Encuentro digital** ¿Dudas sobre bolsa? Juanjo Martínez, analista de *Ecotrader*, en directo

**En Ecodiario.es** Monedero 'condena' el terremoto de Ossa de Montiel, Albacete  
 Simeone y el 'Mono' Burgos casi llegan a las manos con el entrenador del Bayer  
 Sánchez gana el Debate a un Rajoy que solo triunfó en demagogia y agresividad  
 Keylor Navas se rebela contra la suplencia impuesta por Ancelotti  
 Zapatero y Moratinos hablan con Raúl Castro de "temas de mutuo interés"  
 Mayweather-Pacquiao, tres cinturones por 300 millones de dólares

Publ.

## La nutrición, factor clave en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles

[Tweet](#)

25/02/2015 - 14:43

Puntúa la noticia:  5 10 Nota de los usuarios: - (0votos)

Más noticias sobre: [Biología](#) [Cáncer](#) [Nutrición](#)

La nutrición es un factor clave en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles, según se ha comentado en la sesión científico-académica titulada 'Temas de actualidad en Nutrición', organizada por la Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT), con motivo de la inauguración de la nueva sede en Granada.

MADRID, 25 (EUROPA PRESS)

En 2015 se estima que 45 millones de personas fallecerán en el mundo a causa de las enfermedades crónicas cardiovasculares, cáncer y algunas enfermedades inflamatorias, según el presidente de FINUT y Catedrático del Departamento de Bioquímica y Biología Molecular II de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Granada, el profesor Ángel Gil.

Debido al aumento de la prevalencia de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) se tiene

### Enlaces relacionados

Detenido un joven de 27 años por vender oro falso a un establecimiento en Mérida (19/02)

**eE kiosco** Acceda al diario elEconomista, sus suplementos y revistas digitales

Enviar por e-mail

Imprimir

Aumentar texto

Reducir texto

Haga doble click sobre una palabra para ver su significado

**Sudoku:** Juega cada día a uno nuevo

**El tiempo:** Consulta la previsión para tu ciudad

**El Flash del mercado**

**Sabadell**

09:54 Bankia aplaza al sábado tras aplazar su publicación ante reparto de indemnizaciones de la OPS

10:02 Pedro Sánchez se verá con el Rey Juan Carlos en Montevideo

09:59 eDreams reduce sus pérdidas en un 42,8% en los nueve primeros meses de 2014, hasta los 5,2 millones

[Ver todos](#) [Nuevas fichas empresas](#)

**TEKA** y **elEconomista.es**

**TE REGALAN ENTRADAS DOBLES**

Real Madrid - Iberostar Tenerife

**eE**   86 mil

Desc  
ahor  
posi  
po  
factu  
de  
emp

elEcon  
einfo

un mayor interés por estudiar la composición de la dieta, ya que parece haber una relación inversa entre la aparición de ECNT y patrones alimentarios que involucran un alto consumo de alimentos de origen vegetal. Por ejemplo, la inclusión en la dieta de antioxidantes a través del consumo elevado de frutas y verduras parece tener un efecto positivo en la salud general y en especial en la prevención y control de ECNT.

Sin embargo, cuando se habla de hábitos de vida saludables, no sólo es nutrición, sino también el continuo que va desde el descanso-sueño, hasta el ejercicio. Respecto a esto, la sociedad española se ha caracterizado en los últimos tiempos por una disminución profunda de la actividad física y del ejercicio.

Por ello, el comportamiento sedentario es un factor de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles y en la infancia se ha asociado con un aumento del sobrepeso y la obesidad. De hecho, "en España, el 71,2 por ciento de los niños y el 61,4 por ciento de las niñas realiza actividades enfrente de una pantalla más de dos horas al día el fin de semana", ha señalado el profesor Moreno, por lo que hay que intentar hacer actividades con los niños para que estos sean conscientes de que hay que reducir el tiempo de ocio dedicado a la televisión.

Empresas y finanzas

PUBLICIDAD

Twittear

elMonitor

### La herramienta para el ahorrador en Bolsa



Construya su cartera de inversión de forma clara y sencilla con las recomendaciones de elMonitor. ¡Regístrese y pruébelo GRATIS!

### Alertas por email



Suscríbete y recibe **las noticias de última hora gratis** en tu email.

Dirección de email

Subscribirse

### elResumenDiario

Suscríbete y recibe **el resumen de las noticias más importantes del día** en tu email.

Dirección de email

Subscribirse

### El flash: toda la última hora

Actualidad

#### Pedro Sánchez se verá con el Rey Juan Carlos en Montevideo

10:02 Ecodiario.es - Política

El secretario general del PSOE, Pedro Sánchez, se verá el próximo domingo con el Rey Juan Carlos en Montevideo, ad...

#### Un miembro de la OTAN muere en ataque suicida en Kabul contra un ...

09:55 Ecodiario.es - Oriente Medio



elEconomista EcoDiario Ecoteuve Motor Evasión

#### Noticias más leídas

1. Repsol obtuvo un beneficio neto de 1.612 millones en 2014, u...
2. El PIB de España creció el 0,7% en el cuarto trimestre y ava...
3. El Ibex 35 se aferra a los 11.000 puntos
4. Gamesa duplica su beneficio en 2014, hasta los 101 millones ...
5. Las bolsas europeas siguen apuntando a resistencias pese a l...

Más noticias

#### Noticias más leídas

1. Monedero 'condena' el terremoto de Albacete
2. Pedro Sánchez gana el Debate a un Rajoy que solo ganó en dem...
3. Simeone y el 'Mono' Burgos casi llegan a las manos con el en...
4. Keylor Navas se rebela contra la suplencia impuesta por Ance...
5. El Valencia no pondrá cláusula anti-Real Madrid a Gaya

Más noticias

#### Noticias más leídas

## La nutrición, factor clave en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles

### Agencias

@DiarioSigloXXI  
Miércoles, 25 de febrero de 2015, 14:43

[Comentar](#)

MADRID, 25 (EUROPA PRESS)

La nutrición es un factor clave en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles, según se ha comentado en la sesión científico-académica titulada 'Temas de actualidad en Nutrición', organizada por la Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT), con motivo de la inauguración de la nueva sede en Granada.

En 2015 se estima que 45 millones de personas fallecerán en el mundo a causa de las enfermedades crónicas cardiovasculares, cáncer y algunas enfermedades inflamatorias, según el presidente de FINUT y Catedrático del Departamento de Bioquímica y Biología Molecular II de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Granada, el profesor Ángel Gil.

Debido al aumento de la prevalencia de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) se tiene un mayor interés por estudiar la composición de la dieta, ya que parece haber una relación inversa entre la aparición de ECNT y patrones alimentarios que involucran un alto consumo de alimentos de origen vegetal. Por ejemplo, la inclusión en la dieta de antioxidantes a través del consumo elevado de frutas y verduras parece tener un efecto positivo en la salud general y en especial en la prevención y control de ECNT.

Sin embargo, cuando se habla de hábitos de vida saludables, no sólo es nutrición, sino también el continuo que va desde el descanso-sueño, hasta el ejercicio. Respecto a esto, la sociedad española se ha caracterizado en los últimos tiempos por una disminución profunda de la actividad física y del ejercicio.

Por ello, el comportamiento sedentario es un factor de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles y en la infancia se ha asociado con un aumento del sobrepeso y la obesidad. De hecho, "en España, el 71,2 por ciento de los niños y el 61,4 por ciento de las niñas realiza actividades enfrente de una pantalla más de dos horas al día el fin de semana", ha señalado el profesor Moreno, por lo que hay que intentar hacer actividades con los niños para que estos sean conscientes de que hay que reducir el tiempo de ocio dedicado a la televisión.

Comentarios

Escriba su opinión

Nombre y apellidos\*

Email (no se mostrará)\*

### Noticias relacionadas

**Las Nuevas Guías Dietéticas Americanas incluyen la dieta mediterránea como patrón saludable cardiovascular**

**La dieta mediterránea ejerce un efecto protector sobre un subtipo del cáncer de mama**

**La carne de cerdo, alimento imprescindible en todas las etapas de la vida por sus beneficios nutricionales**

**Experta asegura que el consumo de azúcares y carbohidratos no es una causa directa de sobrepeso**

**Más de un 30% de los españoles tiene dificultades para digerir adecuadamente la lactosa**

### Videos de actualidad





Sociedad

25/02/2015

# La nutrición, factor clave en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles

Imprimir Enviar a un amigo



Europa Press / Madrid

**PUBLICIDAD** La nutrición es un factor clave en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles, según se ha comentado en la sesión científico-académica titulada 'Temas de actualidad en Nutrición', organizada por la Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT), con motivo de la inauguración de la nueva sede en Granada.

En 2015 se estima que 45 millones de personas fallecerán en el mundo a causa de las enfermedades crónicas cardiovasculares, cáncer y algunas enfermedades inflamatorias), según el presidente de FINUT y Catedrático del Departamento de Bioquímica y Biología Molecular II de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Granada, el profesor Ángel Gil.

Debido al aumento de la prevalencia de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) se tiene un mayor interés por estudiar la composición de la dieta, ya que parece haber una relación inversa entre la aparición de ECNT y patrones alimentarios que involucran un alto consumo de alimentos de origen vegetal. Por ejemplo, la inclusión en la dieta de antioxidantes a través del consumo elevado de frutas y verduras parece tener un efecto positivo en la salud general y en especial en la prevención y control de ECNT.

Sin embargo, cuando se habla de hábitos de vida saludables, no sólo es nutrición, sino también el continuo que va desde el descanso-sueño, hasta el ejercicio. Respecto a esto, la sociedad española se ha caracterizado en los últimos tiempos por una disminución profunda de la actividad física y del ejercicio.

Por ello, el comportamiento sedentario es un factor de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles y en la infancia se ha asociado con un aumento del sobrepeso y la obesidad. De hecho, "en España, el 71,2 por ciento de los niños y el 61,4 por ciento de las niñas realiza actividades enfrente de una pantalla más de dos horas al día el fin de semana", ha señalado el profesor Moreno, por lo que hay que intentar hacer actividades con los niños para que estos sean conscientes de que hay que reducir el tiempo de ocio dedicado a la televisión.

### Etiquetas de la noticia

prevención nutrición



**Diez Minutos en todas las islas, todos los viernes, tu periódico y la revista Diez Minutos por 1,80€**

### Estadísticas

Esta noticia ha sido vista 225 veces.

**Añadir a Mis artículos**

Debe ser **usuario registrado** para añadir esta noticia a su selección.

**Vote esta noticia**

¿Le ha parecido interesante esta noticia?

VOTAR

### COMENTARIOS DE LOS LECTORES

Los usuarios registrados pueden valorar los comentarios y no necesitan escribir su nombre y correo al incluir un comentario nuevo. Regístrese o entre con su nombre de usuario y clave.

#### Comente esta noticia:

Por favor, use un lenguaje apropiado. Todos los comentarios son revisados antes de su publicación, por lo que no aparecen inmediatamente. Su dirección de correo no será publicada.

Su comentario (máx. 300 caracteres):

Nombre:

e-mail:

(si es un usuario registrado, al identificarse en la página no necesitará volver a incluir estos datos en sus comentarios, y aparecerá su avatar al lado de los mismos)

- Esta es la opinión de los lectores, en ningún caso la de Canarias7.es
- No se permitirán comentarios ofensivos o contrarios a las leyes españolas.
- Tampoco se permitirán mensajes no relacionados con el tema de la noticia.
- Las palabras escritas en mayúsculas equivalen a gritos en Internet, por eso canarias7.es no publica comentarios en mayúsculas.

cars. actuales

p... igora