



# Nutrición y salud: una demanda social y un reto

**E**n los últimos años, la importancia de la alimentación en las sociedades industrializadas ha pasado a ocupar un primer plano en la información y el interés de la población. El asunto, más allá de las modas impuestas por la sociedad de consumo, tiene una importancia decisiva en relación con la salud pública.

En este sentido, la alimentación supone uno de los pilares básicos para la prevención de ciertas patologías, así como para una mejora importante en la calidad de vida de la población. Informar y educar se convierten, de este modo, en los elementos esenciales para acercar a la sociedad los conocimientos suficientes con los que manejarse al respecto.

Conviene recordar que, a pesar de los tratamientos farmacológicos para muchas enfermedades, las recomendaciones dietéticas y nutricionales siguen constituyendo una parte importante de muchos tratamientos terapéuticos.

Así, la nutrición se establece como una ciencia que abarca múltiples disciplinas del conocimiento científico: biología, fisiología, genética, estadística, etc.

En estas páginas, dedicadas a *Nutrición y salud*, se despliegan conceptos e hipótesis sobre problemas y patologías que ocupan buena parte de las preocupaciones y el interés de la investigación biomédica de comienzos del siglo XXI. Así, la obesidad como elemento de riesgo cardiovascular y la diabetes o, en el reverso de la moneda, la anorexia y la bulimia, problemas que afectan de modo importante a parte de la juventud y adolescencia actuales, tienen unos componentes importantes relacionados con la alimentación.

En este «Monográfico» hemos tratado de seleccionar una serie de artículos y temas relacionados con estos asuntos, tratados por expertos en nutrición y dietética, que han llegado a la conclusión de que lo mejor y más recomendable es lo racional; esto es, una dieta mixta, variada, con suficientes calorías y micronutrientes que impidan la aparición de trastornos nutricionales tan graves como la obesidad.

En este sentido, **Consuelo López Nomdedeu**, profesora de la Escuela Nacional de Sanidad del Instituto de Salud Carlos III, nos habla sobre la

CORAL CALVO BRUZOS  
Profesora de Nutrición  
y Dietética. UNED



2

---

distancia  
Introducción

importancia de la comunicación y la educación como factores indispensables para la formación en materia de alimentación de la población, de modo que sea más factible la prevención de ciertas enfermedades y ayude a una mayor calidad de vida.

**Esteban Jódar Gimeno**, del servicio de Endocrinología y Nutrición del Hospital Universitario 12 de Octubre de Madrid, trata de la importancia de la alimentación en los problemas de la osteoporosis.

**Consuelo Boticario**, profesora de la UNED, aborda en su artículo cómo la alimentación puede ayudar a prevenir el cáncer, una de las enfermedades, hasta hoy, más devastadoras.

**Carlos Iglesias Rosado**, profesor del departamento de Nutrición de la Universidad Alfonso X El Sabio, analiza los trastornos de la conducta alimentaria, enfermedades de una enorme importancia en la población juvenil y adolescente, como la anorexia y la bulimia.

**Ana Sastre Gallego**, colaboradora en muchos cursos impartidos por la UNED, nos habla de cómo una buena nutrición ayuda a alargar la vida, y de la relación que ésta tiene con el buen o mal envejecimiento.

Sobre los nuevos alimentos y las perspectivas alimentarias en la población española en el siglo XXI nos habla **José Ramón Martínez Álvarez**, que es profesor de la Facultad de Medicina de la Universidad Complutense de Madrid y presidente de la Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación.

Otro de los asuntos de máxima importancia relacionado con la alimentación y la salud es el tratamiento nutricional de la diabetes *mellitus*, una enfermedad que abarca a una importante cantidad de la población.

**Carmen Gómez Candela, Ana I. de Cos Blanco, Rosa Castillo Rabaneda, Elena Muñoz y Mónica Marín**, todas ellas de la Unidad de Nutrición Clínica y Dietética del Hospital Universitario La Paz, de Madrid, tratan sobre este problema y su tratamiento alimentario.

**Clotilde Vázquez**, del Hospital Ramón y Cajal de Madrid, nos acerca a la importancia de los antioxidantes y su relación con las enfermedades cardiovasculares, que suponen la causa más importante de mortalidad en las sociedades avanzadas en la actualidad.

El profesor **Alfredo Entrala Bueno**, decano de la Facultad de Ciencias de la Salud y profesor del departamento de Nutrición Humana de la Universidad Alfonso X El Sabio, trata de la importancia de los licopenos y sus implicaciones en la salud.

La obesidad es también uno de los problemas relacionados con la salud más extendidos en las sociedades industrializadas. **Pilar Riobó y Violeta Floriano**, especialista en Endocrinología y Nutrición de la Fundación Jiménez Díaz, abordan este asunto como una de las «epidemias» del siglo XXI.