ALIMENTACIÓN Y COLECTIVIDADES

Consuelo López Nomdedeu
Nutricionista de Salud Pública
Profesora de la Escuela Nacional de Sanidad
Instituto de Salud Carlos III

Los estilos de vida de las poblaciones han evolucionado en los últimos años afectando a los hábitos alimentarios de las mismas Los sistemas de organización del trabajo y la utilización del tiempo de ocio, la movilidad de la gente en el entorno geográfico, el intercambio de culturas y creencias como consecuencia de las migraciones, la influencia de los medios de comunicación que difunden noticias, modas, descubrimientos, tendencias etc. han dado una nueva configuración a las relaciones entre los seres humanos; los nuevos tipos de familia son un ejemplo de ello así como a la jerarquía de los valores personales y sociales que, inevitablemente, están determinando la aparición de numerosos cambios.

En un país como España en el que la alimentación tiene una dimensión social muy importante que ha sido fuente de relación, punto central de la convivencia, símbolo de identidad, prestigio y expresión de poder, marco de acontecimientos humanos y religiosos y, en cierto modo, una expresión de la filosofía de vida de la comunidad, los cambios producidos y las tendencias previsibles nos llevan a una situación ligada a aspectos educativos y sanitarios muy importantes.

Educativos porque los hábitos alimentarios que se originen en las nuevas circunstancias formarán cuerpo de doctrina y se instalaran en las próximas generaciones estimulando y potenciando mercados y formas de consumo inéditas en nuestro medio; **sanitarios** porque la presencia de estos hábitos y su importancia para la salud no deja lugar a duda , como se refleja en los numerosos estudios publicados de epidemiología nutricional.

Por otra parte, los costes sanitarios y sociales que se originan como consecuencia de la morbilidad/mortalidad relacionada, en parte, con los hábitos alimentarios que dan lugar al aumento de enfermedades cardiovasculares, obesidad, diabetes, cáncer de origen alimentario, osteoporosis, caries etc. cada vez se producen exigencias más difíciles de asumir para un país cuya población aumenta en edad y que presenta un perfil de enfermedades crónicas degenerativas con una gran carga asistencial y farmacológica.

En paralelo la sociedad española , como respuesta a los planteamientos educativos, laborales y sociales ha convertido en necesidad el uso de los servicios de restauración colectiva, ya sea de restauración denominada social – comedores escolares, laborales residencias etc. – o de ocio – bares, cafeterías , restaurantes-.

La comida del mediodía es el tipo de servicio más demandado por las familias españolas en el momento actual , bien sea por necesidades de política educativa (niños/as que hacen uso del comedor escolar) o requerimientos del centro laboral y es precisamente esta comida , debido a la estructura de la dieta española la que oferta el mayor porcentaje de calorías y macronutrientes , aproximadamente del 35 al 40% de las ingestas diarias recomendadas en energía y nutrientes.

En la situación actual esta oferta alimentaria (cerrada o de elección del usuario , frente a las limitaciones de una oferta, está condicionando la bondad nutricional de planteada por la empresa encargada del servicio que tiene sus condicionantes , contribuyendo, positiva o negativamente, a la alimentación habitual de un grupo.

Durante años se ha hecho recaer en la familia la responsabilidad en el desarrollo de los hábitos alimentarios de sus miembros pero, dada la tendencia observada por los nuevos estilos de vida, las empresas que gestionan los servicios de restauración están en las mejores condiciones de colaborar a mantener y promover la salud de sus usuarios.

La salud como valor añadido es una excelente publicidad para cualquier propuesta alimentaria y esta afirmación es válida para una planificación de la carta de un restaurante o del plan de minutas de un comedor o cafetería de una escuela , un centro laboral o residencia de ancianos.

El concepto de la oferta alimentaria saludable no tiene que llevarnos al equívoco de clasificar los alimentos en saludables y perjudiciales ya que no se puede pensar que existen alimentos buenos y malos, recomendados o prohibidos. La expresión correcta es: patrones de alimentos adecuados o inadecuados.
Igualmente las circunstancias fisiológicas y etapas de la vida de las personas son las que aconsejan aumentar , disminuir o eliminar determinados productos, corregir su presencia en la dieta o su preparación culinaria.

La salud para todos en el S. XXI , documento reciente de la OMS incluye aspectos específicos relativos a la importancia de la alimentación y nutrición en relación con la salud y dentro de las

políticas alimentarias y nutricionales concede, una gran importancia a los servicios de restauración colectiva y a sus posibilidades en la mejora de la salud de las poblaciones.

Igualmente , dada la importancia que están alcanzando las empresas agroalimentarias en la producción y transformación de alimentos que tanto interés tienen para la restauración colectiva por su facilidad de uso, el poder contar con alimentos de alto valor nutritivo y de buenas cualidades organolépticas que los hagan deseables para el consumidor, les sitúa en las mejores condiciones de contribuir a la salud de las población .

La restauración colectiva contempla , desde la óptica de la salud pública, un objetivo nutricional nacido del control de la cadena alimentaria para garantizar la seguridad – productos aptos para el consumo- de lo que comemos así como la buena aceptación de los alimentos por parte de la población consumidora. Para ello se deberán respetar en lo posible sus raíces culturales, gastronómicas y creencias . Además la presentación deberá ser atractiva , se cuidará el mantenimiento de las características organolépticas de los productos alimenticios para que el consumo se convierta en un "placer saludable".

El futuro de nuestra alimentación necesita de la colaboración de las empresas agroalimentarias que además de responder a las expectativas de los consumidores pueden convertirse en aliadas da la promoción de la salud . El consumidor está cada vez más informado y es más exigente y sabe que el acto alimentario está poniendo en juego la protección de la salud.

La comunidad científica trabaja en la investigación de las propiedades de los alimentos y las posibilidades de mejorar la oferta ; también

lucha por hacer llegar al consumidor una información veraz, donde las alegaciones de salud sean expresivas de la realidad y no una falacia apoyada en comunicaciones faltas de rigor científico.

Finalmente, la educación de la población será la clave porque en ella se asientan los comportamientos alimentarios, la competencia para elegir correctamente y la capacidad de decisión frente a un mercado amplio y diversificado.

Esta educación para que sea efectiva deberá ejercerse desde los primeros años de la vida y aceptar que la familia no puede delegar totalmente sus funciones sino, desde su situación privilegiada, potenciar aquellos hábitos que se recomiendan como saludables a la luz de los nuevos avances de la ciencia de la nutrición.

Las empresas de restauración colectiva , en el marco de una política de alimentación y nutrición son, por derecho propio instrumentos esenciales en el logro de los objetivos de una alimentación saludable preconizada por las instituciones de salud pública, contribuyendo de esta forma al bienestar de las poblaciones cualesquiera que sean sus circunstancias.

BIBLIOGRAFÍA:

Sarriá Santamera A. (coord.). Promoción de la salud en al comunidad. Estudios de la UNED. Madrid, 2001

Salud para todos en el Siglo XXI. Organización Mundial de la Salud.Europa. Ministerio de Sanidad y consumo .Madrid, 1999

Guías alimentarias para la población españolas. Recomendaciones para una dieta saludable. SEN- sociedad Española de Nutrición comunitaria.
Edición patrocinada por Procter & Gamble y Novartis Farmaceutica. S. A. 2001

Vázquez C. De Cos A.I. López Nomdedeu C. Alimentación y Nutrición. Manual teórico-práctico. Ed. Díaz de Santos S. A. :Madrid, 1998

Guía práctica para la cocina colectiva sana.Reglas de actuaciones APRA limitar las toxiinfecciones alimentarias. Ministerio de Sanidad y consumo. Colección: veterinaria de salud pública. Madrid , 1987

Jacob M. Manipulación correcta de los alimentos. Guía para gerentes de establecimientos de alimentación. Organización Mundial de la Salud. Ginebra, 1990