

## Toma nota

### Consume brécol para proteger tu corazón



El brécol puede ser un aliado para proteger el corazón de enfermedades. Así lo han puesto de manifiesto investigadores del Centro de Investigaciones Cardiovasculares de la Universidad de Connecticut, que han publicado los datos de su estudio en la revista *The Journal of Agricultural and Food Chemistry*.

La investigación, llevada a cabo en ratones, concluyó que la dieta de brécol provoca que el organismo produzca una proteína llamada tioredoxina, que protege contra el daño de las células del corazón. La causa está en que el brécol contiene sulforafano, que es considerada particularmente efectiva en el desencadenamiento del proceso. El estudio también indica que esta verdura cocinada al vapor parece ser mucho más poderosa que cuando se deja hervir.

### Contra el Alzheimer, come manzanas



Investigadores de la Universidad estadounidense de Cornell (Nueva York) han descubierto que las frutas, por ser ricas en agentes bioactivos como el fenol (un tipo de alcohol), previenen la oxidación de las células y, por tanto, protegen frente a enfermedades neurodegenerativas como el Alzheimer. El estudio ha sido publicado en *The Journal of Food Science*.

Entre las frutas, las manzanas son las que tienen un mayor contenido de antioxidantes protectores, seguidas de las bananas y las naranjas.

Los autores de la investigación han concluido que los antioxidantes, "presentes en la mayoría de frutas que se consumen en Estados Unidos y Corea, protegen a las células neuronales del estrés oxidativo". Asimismo, aseguran estos expertos, "el consumo de manzanas, bananas y naranjas podría ser beneficioso para mejorar los síntomas de enfermedades como el Alzheimer".

## Profesionales de la alimentación

# La nutrición, al servicio de todos

## Los dietistas-nutricionistas solicitan su inclusión en el sistema sanitario público

Teresa Rey, Bien

Desde hace algún tiempo es habitual leer o escuchar en algún medio de comunicación cómo el número de obesos aumenta no sólo en Europa, sino en nuestro país, donde los datos son alarmantes. De hecho, los profesionales sanitarios coinciden de forma unánime en asegurar que los casos de sobrepeso están creciendo a un ritmo tan vertiginoso que la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha descrito este problema como una epidemia.

Pese a las cifras y advertencias de la OMS, en España los diplomados en Nutrición Humana y Dietética y, por tanto, especialistas titulados en materia de alimentación, no están incluidos en el sis-



tema sanitario público. En la Propuesta de Incorporación del Dietista-Nutricionista en el Sistema Sanitario Público (Junio 2007) de la Asociación Española de Dietistas-Nutricionistas (AEDN), se

asegura que actualmente hay suficiente evidencia epidemiológica para poder determinar, en base al binomio alimentación-salud, los factores de riesgo de las enfermedades más prevalentes. En este

documento se especifica también que son muchos los países, tanto de Europa como de América, que incluyen a estos profesionales en su sistema de salud como agentes líderes encargados del manejo de los aspectos dietéticos-nutricionales de la salud de la población. Ahora bien, ¿quién se encarga de esta materia en la sanidad pública española? Para Carmen Gómez Candela, jefa de nutrición del Hospital Universitario La Paz, "actualmente esta función no la está haciendo nadie, porque los médicos de cabecera carecen de tiempo". "En alguno de los grandes hospitales sí hay equipos especializados, pero en los centros de salud no hay nadie". De la misma opinión es Giuseppe Russolillo, presidente de la AEDN, que destaca "que ahora mismo se dan consejos sin una formación específica".

Por todo ello, Yago P. Freire, dietista-nutricionista que ejerce su profesión en el ámbito privado, ha tomado la iniciativa de convocar una manifestación en la madrileña Puerta del Sol, el sábado 9 de febrero a las 18 horas, reivindicando la inclusión de estos especialistas en la sanidad pública. La idea ha surgido por iniciativa propia y como ha manifestado en declaraciones a este periódico ha decidido dar el paso porque está harto "de llevar diez años solicitando lo mismo sin que nadie se preocupe de velar" por sus intereses.

Por su parte, Russolillo asegura que la AEDN no tiene nada que ver con esta iniciativa, ya que considera que una actuación de estas características debe realizarse desde el corporativismo y el consenso de las distintas asociaciones y colegios profesionales.



## Colaboración entre dietistas y endocrinólogos



Los dos profesionales que se vinculan al ámbito nutricional son principalmente los dietistas-nutricionistas y los endocrinólogos. A la hora de definir sus funciones hay cierta confusión, por eso hemos querido preguntar a varios expertos para que nos aclaren la labor de cada uno. Fernando Córdido, especialista en en-

docrinología y nutrición y coordinador del grupo de obesidad de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN), expone que "un endocrino es un médico que trata las enfermedades endocrinológicas, metabólicas y nutricionales". El dietista-nutricionista es un especialista al que le compete actuar so-

bre la alimentación de la persona sana o enferma en cualquiera de las edades y en cualquier situación de la vida, indica Russolillo.

¿En qué se diferencian entonces ambas profesiones? Según Ana Felip, endocrinóloga del Hospital de Barcelona, básicamente ésta radica en la titulación académica y en el ejercicio de su profesión diaria. "El dietista, por tanto, no es médico".

La especialidad médica del endocrino es la endocrinología y la nutrición por lo que está preparado para elaborar dietas, explica Felip. De esta manera, "trabajar en equipo es lo más recomendable, el endocrino marcará la dieta como trata-

miento y el dietista-nutricionista diseñará la dieta, controlará las comidas... El endocrino diagnostica la enfermedad y el dietista inicia el tratamiento".

Si alguien decide someterse a una dieta de adelgazamiento, Córdido recomienda acudir a un endocrinólogo. En el caso de optar por un dietista, Lourdes Martínez-Piñero, nutricionista de la Unidad de Obesidad del Hospital de La Princesa de Madrid, recomienda exigir la titulación de diplomado universitario en Nutrición Humana y dietética. Por su parte, Felip denuncia que actualmente hay muchos centros de adelgazamiento sin personal cualificado.