

¡Bienvenidos a una nueva edición de Nestlé4Experts, la newsletter sobre investigación nutricional y salud!

La comunidad científica trabaja para ofrecernos, de forma constante, nuevos y relevantes avances en el área de la nutrición y la salud. En Nestlé, contamos con la mayor red privada de I&D en nutrición, en la que trabajan 3.900 investigadores y científicos del más alto nivel. Por ello, cada 3 meses te informamos de temas de actualidad y te acercamos a una persona destacada de la comunidad científica. Además, te facilitamos una agenda con las jornadas, seminarios y congresos más importantes a nivel nacional. Esperamos que esta información sea de tu interés y pueda ayudarte en tu día a día en la consulta. Por último, te invitamos a decirnos qué te parecen nuestras publicaciones y en qué podemos mejorar.

1 Actualidad



Alimentación y sostenibilidad, el cambio hacia una forma de comer con conciencia ecológica

Nuestra actual forma de alimentarnos genera un impacto negativo en el planeta. Las personas cada vez están más concienciadas de la relación entre alimentación y crisis climática, este cambio de tendencia se plasma en el aumento de consumo de alternativas sostenibles. Por ello, el VIII Observatorio Nestlé sobre Hábitos Nutricionales y Estilo de Vida de las Familias nos da una visión global de hasta qué punto los hábitos alimentarios saludables y en pro del medio ambiente están pasando a formar parte de nuestro día a día. En este artículo se analizan los resultados del VIII Observatorio, además de desgranar aquellas tendencias de futuro, que cada vez están más cerca de ser una realidad.

[Leer artículo](#)

2 Investigación



La dieta mediterránea como estrategia para llevar un estilo de vida saludable y su especial importancia en tiempos de pandemia

La situación de emergencia sanitaria vivida durante el último año ha generado cambios en la alimentación y el estilo de vida de la población española. Por ello, la Federación Española de Sociedades de Nutrición, Alimentación y Dietética (FESNAD) ha llevado a cabo una encuesta para determinar hasta qué punto los hábitos de vida se han visto modificados por la pandemia. Entre los resultados más relevantes, se observó que, aunque un 40% de los encuestados afirmó haber modificado sus hábitos alimentarios, solo el 30% consideró que estos son ahora más próximos a la dieta mediterránea.

Fuente – FESNAD

[Leer más](#)



El estudio TOUCH: cómo ayudar a los niños con obesidad potenciando sus funciones ejecutivas

Los niños con obesidad presentan un mayor riesgo de padecer otras enfermedades. Además, tienen una peor calidad de vida y problemas psicológicos como baja autoestima, aislamiento social o incluso una predisposición superior a sufrir depresión y ansiedad. También se han descrito mayores dificultades en sus funciones cognitivas, como la capacidad para controlar la propia conducta, planificar o tomar decisiones. En el marco del proyecto TOUCH del Instituto de Neurociencias de la Universidad de Barcelona, se ofreció entrenamiento cognitivo de funciones ejecutivas a niños de entre 9 y 12 años durante 6 semanas mediante IPads, junto con asesoramiento alimentario y psicoeducación.

Fuente – Instituto de Neurociencias de la Universidad de Barcelona

[Leer más](#)

3 Experto



“Es necesario centrar esfuerzos en la educación alimentaria de la población para que comprenda el impacto que tienen sus decisiones de alimentación sobre su salud y la del planeta.”

Dra. Alba Mª Santaliesstra Pasías

Dra. en Epidemiología y Salud Pública, dietista-nutricionista y tecnóloga de los alimentos. Actualmente, es presidenta del Colegio Profesional de Dietistas-Nutricionistas de Aragón (CPDNA) y miembro de honor de la Academia Española de Nutrición y Dietética.

[Sigue leyendo](#)

4 Próximos eventos

JULIO 2021

Del 1 al 3 de julio
XVII Congreso Mundial de Cineantropometría.
Universidad de Alicante, ISAK.
[Alicante.](#)

Del 3 al 6 de julio
XVII Congreso FELANPE - Conocimiento e innovación para un mundo mejor.
Federación Latinoamericana de Terapia Nutricional, Nutrición Clínica y Metabolismo (FELANPE).
[Online.](#)

6 de julio
Comer más verde para un planeta saludable y sostenible.
Nestlé.
[Online.](#)

Del 12 al 13 de julio
XII ISIN Conference of Immunonutrition. International Society For Immunonutrition (ISIN).
[Online.](#)

SEPTIEMBRE 2021

17 de septiembre
IV Workshop de experiencias prácticas en nutrición deportiva: de la composición corporal a la gastronomía.
Academia Española de Nutrición y Dietética.
[Online.](#)

Del 25 al 28 de septiembre
ISNN 2021 – International Society of Nutrigenetics/Nutrigenomics.
International Society of Nutrigenetics and Nutrigenomics (ISNN).
[Online.](#)



Nos interesa tu opinión

Estamos abiertos a nuevas propuestas, sugerencias y temáticas de tu interés.

[Escribe aquí](#)