

Ahora que acaba el año, compartimos contigo las noticias sobre nutrición y salud de los últimos 3 meses. Como cada trimestre, nuestra red privada de I&D en nutrición, con 3.900 investigadores y científicos del más alto nivel, nos permite ofrecerte publicaciones, avances y proyectos relevantes del mundo de la nutrición y la salud. Además de la actualidad científica, encontrarás una entrevista con una persona experta de primer nivel, y una agenda con los futuros eventos y jornadas más destacados. Esperamos que toda esta información te resulte interesante y, sobre todo, útil en tu día a día. No dudes en hacernos llegar tus comentarios y sugerencias, ¡te escuchamos!

1 Actualidad



Alergias e intolerancias alimentarias: reacciones adversas a los alimentos

Los alimentos nos proporcionan nutrientes, satisfacción y sensaciones gratificantes, pero un pequeño porcentaje de personas puede sufrir reacciones indeseadas a ellos. Una reacción adversa a alimentos es cualquier respuesta clínicamente anormal que se relaciona con la ingesta, inhalación o contacto con un alimento, sus derivados o alguno de sus aditivos. Estas reacciones adversas pueden ser tóxicas (producidas por toxinas o contaminantes) o no tóxicas, donde se encuentran las alergias y las intolerancias alimentarias.

[Leer artículo](#)

2 Investigación



Una dieta rica en vegetales podría disminuir el deterioro cognitivo

El estudio pone de manifiesto el papel protector de algunas sustancias y metabolitos del cacao, café, setas y vino tinto, y el metabolismo microbiano de los alimentos ricos en polifenoles (manzana, cacao, té verde, arándanos, naranjas o granada) sobre el deterioro cognitivo en personas mayores.

Fuente – Molecular Nutrition & Food Research

[Leer más](#)

NutriAcademy, educación nutricional gratuita para familias

El Método Nutriplato, desarrollado por el Hospital Sant Joan de Déu de Barcelona y Nestlé, suma un nuevo proyecto para ayudar a las familias a comer de forma saludable: la NutriAcademy, un curso de formación online gratuito, didáctico y muy visual con consejos prácticos e ideas para llevar una alimentación equilibrada en el día a día.

Fuente – Nestlé

[Leer más](#)

3 Experto



“Las alergias a los alimentos han aumentado en todos los grupos de edad, pero también es cierto que se diagnostican mejor”

Dra. Montserrat Fernández Rivas

Médico especialista en Alergología e Inmunología Clínica. Dirige el Servicio de Alergia del Hospital Clínico San Carlos en Madrid, así como el grupo de investigación en Alergia del Instituto de Investigación Sanitaria San Carlos (IdISSC).

[Sigue leyendo](#)

4 Próximos eventos

FEBRERO 2022

2 al 3 de febrero
Nutraceuticals Europe – Summit & Expo 2022.
Nutraceuticals Europe.
[Barcelona](#)

23 al 25 de marzo
The First International Conference on Antioxidants: Sources, Methods, Health Benefits and Industrial Applications.
Multidisciplinary Digital Publishing Institute (MDPI).
[Barcelona](#)

MARZO 2022

3 al 4 de marzo
5ª EDICIÓN: V Jornada Nacional de Alimentación.
Consejo General de Colegios Farmacéuticos.
[Valencia](#)

12 de marzo
II Jornada SEDYN: “Dietética y Nutrición: la mejor inversión en prevención”.
Sociedad Española de Dietética y Nutrición (SEDYN).
[Barcelona](#)



Nos interesa tu opinión

¿De qué te gustaría que habláramos? ¿A quién querrías que entrevistáramos? Nestlé4Experts es tan tuya como nuestra, ¡escríbenos, te escuchamos!

[Escribe aquí](#)