



European Pharmaceutical Law Group

## La nueva alimentación en la salud de la mujer

**El pasado 10 de noviembre se celebró en Madrid el Foro Intereconomía dedicado a “La nueva alimentación en la salud de la mujer”, al que asistió Eupharlaw, dada la importancia que para nuestra área de Salud alimentaria supone cualquier encuentro relativo a la alimentación, y a la información que el ciudadano debe conocer sobre ella.**

**Madrid, 11 de noviembre de 2005**

El acto contó con la participación de Manuel Lamela, Consejo de Sanidad y Consumo de la Comunidad de Madrid; Tomás Pascual (presidente del Grupo Pascual); la doctora Mar Moreno, experta en nutrición cardiovascular, y el doctor Javier Haya Palazuelos, ginecólogo, y se centró en analizar la importancia de seguir una dieta cardiosaludable y sobre los beneficios de la soja para la salud de la mujer. Asimismo, Manuel Lamela, hizo un breve resumen del plan de alimentación y nutricional de la CAM.

### ***Nuria Herráiz, Comunicación Eupharlaw***

Ya hace algún tiempo que Nuria Amarilla –consejera delegada de Eupharlaw y responsable del área de Salud Alimentaria–, advertía de los diferentes efectos que los fármacos pueden producir dependiendo del sexo de los ciudadanos que los consuman, lo que exigiría la adopción y generalización de terapéuticas especializadas. Las mujeres tienen necesidades específicas, que exigen también terapias específicas. Esto, que es evidente, se produce también en el caso de los alimentos, más todavía en el caso de aquellos alimentos a los que se les atribuyen ciertas facultades terapéuticas o de mejora de salud, específicas para afrontar ciertos problemas que afectan a la mujer.

Por ese motivo están surgiendo en la actualidad múltiples alimentos, denominados “funcionales” dirigidos principalmente a mujeres, quizás porque son ellas mayoritariamente quienes quieren mantener una vida más saludable. Entre ellos se encuentran los alimentos que incluyen soja en su elaboración. La soja junto con la dieta mediterránea fueron los protagonistas de una jornada en la que se analizaron sus beneficios para la salud de la mujer.

En este sentido, la doctora Mar Moreno, Cardióloga del Hospital Gregorio Marañón de Madrid, resaltó los estudios que demuestran que la dieta mediterránea reduce el riesgo de mortalidad cardiovascular, combinada con el ejercicio físico. Además la doctora Moreno recordó que estos alimentos beneficiosos que se están introduciendo en el mercado occidental como novedosos, no lo son para las culturas orientales. De hecho la japonesa es la población más longeva y detrás de ella se sitúa la española.

El problema para introducir la soja en los mercados occidentales se encuentra en que su peculiar sabor no es bien aceptado por los europeos señaló el doctor Javier Haya, ginecólogo del Hospital Santa Cristina de Madrid, por lo que empresas como el Grupo Pascual, trabajan en eliminar su sabor de los alimentos en los que la incluyen.

El doctor Haya destacó también que la soja aporta proteínas, lípidos, omega 3, omega 6 y sus hidratos de carbono especiales, y que se usa para aliviar los síntomas de la menopausia y la osteoporosis y se considera eficaz para la prevención de cáncer de mama, de próstata, colón, etc. Aunque incidió en la necesidad de saber que los efectos de tomar soja no serán visibles de forma inmediata “pero si se consigue incorporar de forma habitual a nuestra dieta, combinada con otros alimentos como aceite de oliva o vino tinto y un poco de ejercicio, seremos más longevos aún que los japoneses”.

Por su parte, el Consejo de Sanidad y Consumo de la Comunidad de Madrid, Manuel Lamela se refirió a los datos sobre obesidad que se registran en la Comunidad de Madrid y los factores que influyen en estas estadísticas como hábitos de vida, cambios en la dieta, influencia de la publicidad, etc. Asimismo señaló a la osteoporosis como uno de los principales trastornos en la salud de las mujeres, que puede minimizarse siguiendo una dieta variada, equilibrada, realizando ejercicio e ingiriendo las cantidades recomendadas de calcio, vitamina D y soja. En este sentido y según Lamela, la industria agroalimentaria ha hecho un gran esfuerzo para transmitir información veraz, contrastada y de calidad sobre alimentación saludable.

Finalmente, Lamela se refirió al proyecto de plan integral sobre alimentación y nutrición de la Comunidad de Madrid, en el que se recogen actuaciones como el control de alimentos permanente (trazabilidad) no sólo su inspección; el fomento de la dieta saludable; la formación a los ciudadanos desde la infancia; el apoyo del observatorio de alimentación y nutrición, como herramienta de apoyo a la toma de decisiones; la creación de un instituto de alimentación de la CAM (creación), o el fomento del autocontrol de la publicidad. Todo esto desarrollado siempre en una intensa colaboración entre el sector público y el privado.