

Avances en microbiota, salud planetaria y envejecimiento marcan la investigación en Nutrición

- Los dietistas-nutricionistas juegan un papel fundamental en la investigación de los efectos que tiene la alimentación en la salud digestiva, la producción de alimentos y su consumo y la prevención de enfermedades crónicas
- Miguel López, dietista-nutricionista investigador: “Como sociedad tendemos a actuar cuando existe una patología. Sin embargo, la investigación en Nutrición está dirigida a la prevención y a evitar que se cronifiquen”

València, 15 de enero de 2025- Avances en microbiota, salud planetaria y envejecimiento son los ámbitos que lideran la investigación en Nutrición en la actualidad. Desde el Colegio de Dietistas-Nutricionistas de la Comunitat Valenciana (CODiNuCoVa) informan de que la investigación en el ámbito de la nutrición juega un papel fundamental ya que permite estudiar y ampliar el conocimiento que se tiene sobre el efecto que tiene la alimentación sobre la salud digestiva, la calidad de vida de las personas en sus últimos años y en la salud medioambiental.

Y es que, el futuro de la nutrición gira en torno a estos tres pilares fundamentales: el estudio de la microbiota como parte fundamental del sistema digestivo; la salud del planeta como lugar de producción y consumo de los alimentos; y lograr un envejecimiento de la población de calidad mejorando su alimentación. En todo ellos, “los dietistas-nutricionistas tenemos un papel fundamental, ya que somos los profesionales sanitarios con más conocimiento acerca de los efectos que tienen los alimentos”, explica M^a Cruz Manzaneque, secretaria del CODiNuCoVa e investigadora.

“OMNIVEG study” es uno de los últimos estudios más relevantes que ha publicado en relación a estos aspectos. Miguel López Moreno, nutricionista investigador doctorado en Ciencias de la Alimentación, ha llevado a cabo “la evaluación del efecto que tiene una dieta mediterránea con mayor aporte de proteína vegetal, desplazando así la de origen animal, entre jóvenes universitarios sanos y físicamente activos”. La peculiaridad del público al que se dirige responde a la intención de observar los efectos que puede tener la alimentación en la población sin patologías y cómo es capaz de prevenir el empeoramiento de la salud a largo plazo.

“Con los resultados obtenidos pudimos observar que en tan solo tres semanas se produjo una disminución muy notable en los factores de riesgo de enfermedades como la hipercolesterolemia, hipertensión o condiciones relacionadas con la inflamación crónica de bajo grado. Esto responde a un descenso de los niveles de colesterol total, colesterol LDL y presión arterial, entre otras cosas. Una clara demostración de lo que supone la investigación en el ámbito de la alimentación”, explica López Moreno.

A raíz de resultados como este, M^a Cruz Manzaneque explica que "en general como población tenemos una tendencia muy marcada a actuar cuando ya tenemos una patología o cuando la edad impone ya sus limitaciones físicas. Sin embargo, con investigaciones como esta se demuestra que lo que comemos tiene un impacto en la prevención de enfermedades, en este caso digestivas, y que se pueden fomentar mejoras en el envejecimiento y en la calidad de vida”.

“Además, este estudio tiene una vertiente medioambiental ya que habla de la importancia del consumo de la proteína vegetal lo que favorece el cuidado de la producción alimentaria, del consumo de dietas plant based, que son, no solo beneficiosas para la salud de las personas, sino que también son mucho más respetuosas con el medio ambiente”, concluye.

Todos estos avances han sido materia de un webinar impartido por Miguel López y M^a Cruz Manzaneque en el que se ha explicado la función del dietista-nutricionista en el ámbito de la investigación, así como las áreas emergentes en este ámbito. Además, han explicado las etapas de la carrera en investigadora y cuáles suelen ser las fuentes de financiación para los primeros años de estabilización. Además, se ha expuesto el dossier de salidas profesionales del dietista-nutricionista en el ámbito de la investigación elaborado por CODiNuCoVa.

Sobre CODiNuCoVa

El CODiNuCoVa es el Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas de la Comunitat Valenciana. Constituido en 2009, es el segundo más grande de toda España dedicado a la profesión, con más de 1.000 dietistas-nutricionistas personas colegiadas. Los y las dietistas-nutricionistas son expertas en alimentación, profesionales de la salud dedicadas a ámbitos tan diversos como la investigación, la docencia, la atención clínica, la salud pública, la nutrición comunitaria, la seguridad alimentaria, la restauración colectiva y social o la educación alimentaria, entre otros. Desde el CODiNuCoVa se trabaja para poner en valor la relevancia de la nutrición en nuestras vidas, promover una correcta salud alimentaria entre la sociedad e integrar la actividad de los dietistas-nutricionistas en la estructura sanitaria y social para lograr una mejor calidad de vida y el bienestar de todos los ciudadanos. Más información en www.codinucova.es