

28 de mayo: Día de la Nutrición

Pacientes y nutricionistas explican cómo la Nutrición mejora la calidad de vida ante una patología

- El Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas de la Comunitat Valenciana (CODiNuCoVa) ha celebrado el Día de la Nutrición con la Jornada “La Nutrición transforma vidas”, un encuentro que ha reunido a asociaciones de pacientes, familiares y profesionales sanitarios
- Los expertos han alertado de que la desnutrición continúa infradiagnosticada en muchas enfermedades crónicas pese a su impacto directo en la evolución clínica, la autonomía y la respuesta a los tratamientos
- En el ámbito oncológico, los pacientes con cáncer que reciben atención nutricional especializada pueden mejorar hasta un 30% su supervivencia, además de tolerar mejor los tratamientos y preservar su masa muscular y funcionalidad
- Durante la jornada, además, se han desmontado mitos frecuentes sobre alimentación en enfermedad renal poniendo en valor el papel del dietista-nutricionista para individualizar la alimentación, evitar restricciones innecesarias y mejorar la adherencia y calidad de vida de los pacientes
- El CODiNuCoVa ha reivindicado la necesidad de incorporar dietistas-nutricionistas en el sistema sanitario público para garantizar un abordaje integral, precoz y personalizado de pacientes con enfermedades crónicas y pluripatología

Valencia, 28 de mayo de 2026.- Una correcta alimentación marca la diferencia en la evolución, el bienestar y la calidad de vida de las personas con enfermedades crónicas. Para demostrarlo, el Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas de la Comunitat Valenciana (CODiNuCoVa) ha celebrado, con motivo del Día de la Nutrición, la jornada “La Nutrición transforma vidas”, un encuentro entre asociaciones de pacientes, familiares y profesionales sanitarios que ha puesto el foco en el impacto real de la intervención nutricional en diferentes patologías.

“La alimentación no solo influye en la prevención de enfermedades, sino también en la evolución y calidad de vida de quienes conviven con patologías crónicas. Queremos visibilizar cómo el acompañamiento nutricional puede transformar la vida de muchos pacientes y por qué los dietistas-nutricionistas deben formar parte de los equipos

sanitarios que hagan posible esta realidad”, ha señalado Maite Navarro, presidenta del CODiNuCoVa.

Durante la jornada, que se ha celebrado en la Dirección General de Salud Pública, han participado nutricionistas expertos en el abordaje nutricional de pacientes con enfermedad renal, Parkinson en pacientes pluripatológicos y cáncer. “Estas son solo algunas de las patologías en las que la Nutrición tiene un papel fundamental, pero es en todas las enfermedades, ya sean crónicas o no, donde una alimentación correcta puede ser de vital importancia para la mejora de síntomas, una mejor asimilación del tratamiento o mayor autonomía de los pacientes”, ha explicado Navarro.

Enfermedad renal: desmontando mitos alimentarios

Uno de los coloquios de la jornada se ha centrado en el abordaje nutricional de la enfermedad renal crónica, una patología en la que todavía persisten numerosos mitos relacionados con la alimentación. Durante la sesión, llevada a cabo por el nutricionista Jose Roldán, acompañado por una de sus pacientes, se ha abordado cómo muchas personas eliminan frutas, verduras o proteínas por miedo a empeorar su enfermedad, pese a que las recomendaciones actuales apuestan por una alimentación individualizada y adaptada a cada caso.

Un acompañamiento nutricional adecuado y personalizado mejora el control metabólico, reduce la ansiedad alimentaria y ayuda a prevenir la malnutrición”, ha explicado José Roldán, dietista-nutricionista especializado en enfermedad renal.

El experto ha destacado además que la intervención nutricional puede ayudar a mejorar la presión arterial, reducir edemas, controlar alteraciones metabólicas y prevenir la pérdida de masa muscular y la fragilidad, factores especialmente importantes en personas con enfermedad renal avanzada.

Sagrario de Osma, paciente de enfermedad renal crónica, ha destacado que “la alimentación y el papel del nutricionista en este tipo de enfermedad es vital. Tras cada analítica, el nutricionista detecta qué necesidades puedo tener, personaliza mi alimentación y me ayuda a restringir únicamente lo que es necesario”.

La jornada también ha puesto el foco en el papel de la Nutrición en pacientes con pluripatología, donde síntomas como la disfagia, el estreñimiento, la pérdida de apetito o las dificultades para masticar pueden comprometer gravemente el estado nutricional de los pacientes.

“En muchas ocasiones, la pérdida de peso o la fatiga se normalizan como parte de la enfermedad o de la edad, cuando detrás puede existir un problema nutricional importante”, ha explicado M^a Pilar Gómez, dietista-nutricionista especializada en este ámbito.

Durante su explicación se ha alertado de que entre el 30% y el 50% de los pacientes con Parkinson avanzado o pluripatología presentan desnutrición o alto riesgo nutricional,

aunque muchos casos no llegan a identificarse de forma explícita en los planes de tratamiento.

Ante esta situación, la experta ha insistido en que la intervención nutricional resulta fundamental para mejorar la autonomía y calidad de vida. “La alimentación influye directamente en la respuesta a los tratamientos, en la funcionalidad y en la prevención de complicaciones como la sarcopenia o la deshidratación”, ha subrayado.

Por su parte, Marian Cebrián, paciente pluripatológica con inicios de Parkinson ha destacado cómo a través de la consulta del nutricionista ha recuperado la energía, la masa muscular y calidad de vida que perdió a causa de los diversas enfermedades como la diabetes o el fallo renal, entre otras. “Cuando mi nutricionista empezó a trabajar conmigo, noté que recuperaba mi energía, me cansaba menos y me encontraba mucho mejor. Aprendí a comer de manera que la alimentación, lejos de ser un enemigo, se convierta en un aliado para mi calidad de vida”.

Nutrición oncológica: intervención precoz y mayor supervivencia

En el ámbito oncológico, la jornada ha contado con la participación de la dietista-nutricionista Iulia Scorojanu, experta en el abordaje nutricional de pacientes con cáncer, quien ha incidido en la evolución de la Nutrición oncológica en los últimos años y la necesidad de intervenir desde fases tempranas de la enfermedad.

“Actualmente, la intervención nutricional no se centra únicamente en tratar la desnutrición, sino también en preservar la masa muscular, mejorar la tolerancia a los tratamientos y acompañar al paciente durante todo el proceso oncológico”, ha destacado la especialista.

Y es que, los pacientes oncológicos que reciben atención nutricional especializada pueden mejorar hasta un 30% su supervivencia, además de reducir complicaciones, mejorar la recuperación funcional y tolerar mejor tratamientos como la quimioterapia o la cirugía.

Scorojanu ha explicado además que el cáncer y sus tratamientos afectan mucho más allá del peso corporal, comprometiendo la fuerza, la funcionalidad, la salud digestiva, el apetito o la calidad de vida, incluso en pacientes con normopeso u obesidad.

La Nutrición pieza fundamental en el sistema sanitario

Desde el CODiNuCoVa han insistido en que la jornada ha buscado acercar la Nutrición a la realidad de quienes la viven en primera persona, mostrando el papel del dietista-nutricionista no solo en el tratamiento de enfermedades, sino también en el acompañamiento a pacientes y cuidadores.

“La Nutrición no puede seguir considerándose un aspecto secundario dentro de la atención sanitaria. Hablar de alimentación es hablar de prevención, tratamiento, recuperación y calidad de vida, pero actualmente los pacientes con patologías como las que hemos visto aquí no tienen un acceso público y equitativo a un profesional de la Nutrición en el sistema público de sanidad”, ha concluido Maite Navarro.

Sobre el 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 1.300 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