

¡TE PONEMOS AL DÍA!



@fennutricion

@FENnutricion

@FENnutricion

Fundación Española de la Nutrición

# ESTA SEMANA:

¡Apunta en tu calendario!



Accede a las noticias completas con el código QR en la imagen correspondiente

## NOTICIAS

### WHO ACCELERATES WORK ON NUTRITION TARGETS WITH NEW COMMITMENTS

LA OMS anuncia 6 nuevos compromisos para alcanzar los objetivos de nutrición 2025

La Organización Mundial de la Salud (OMS) anunció en la reunión "Nutrition for Growth Summit" en Tokio del 7-9 de diciembre 2021 que se aplicarán seis nuevos compromisos para acelerar el proceso de los objetivos de nutrición de 2025. La OMS continúa trabajando con las 3 áreas importantes de Nutrición para el crecimiento las cuales son: salud, alimentos y resiliencia fortaleciendo las normativas y apoyando a los países para que estas sean aplicadas. La OMS declara que el COVID-19 y cambio climático han exacerbado la desnutrición y han comprometido la sostenibilidad y resiliencia de los sistemas alimentarios alrededor del mundo.

Fecha: 7 diciembre 2021

Publica: World Health Organization



### VERDURA DE LA SEMANA

Cebolla



Conoce más sobre la cebolla en nuestro VIERNES DE VERDURAS. Búscanos en redes sociales

### ZUMO DE NARANJA 100%, INFLAMACIÓN Y OXIDACIÓN

Una revisión sistemática y un meta-análisis sobre los efectos del zumo de naranja 100% en relación con marcadores de inflamación y de oxidación en poblaciones adultas sanas y de riesgo.

Según los resultados de esta investigación, el zumo de naranja 100% puede proporcionar efectos beneficiosos o no significativos sobre algunos marcadores de inflamación y de estrés oxidativo en estas poblaciones. Puede reducir las concentraciones de PCR-as y de IL-6 en algunos individuos sanos y en aquellos con riesgo de padecer enfermedades crónicas.

Fecha: 07 diciembre 2021

Publica: FINUT



### RECOMENDACIÓN DE LECTURA

Spain's health system more likely to protect people from financial hardship than health systems in most other European countries, new WHO report finds

Spain's health system more likely to protect people from financial hardship than health systems in most other European countries, new WHO report finds

A new report by WHO/Euro finds that people in Spain are less likely to suffer financial hardship because of health-care costs than people in most other European countries.

Despite a worsening economic situation during and after the 2008 financial crisis, only a small share of households currently experience financial hardship when using health services in Spain. This, the report shows, is thanks to the protective design of health coverage in the country's National Health System (NHS).

"Health care is a fundamental right and should never leave people's pockets. I am pleased to see that Spain is leading the way in this. These are positive and encouraging findings, showing that such as reducing co-payments for medicines for chronic conditions, go a long way in protecting Spanish households. WHO Regional Director for Europe, during a virtual press conference." - WHO Regional Director for Europe, during a virtual press conference.

The report is authored by a group of Spanish experts with WHO Institute (IACS).

What protects people from financial hardship in Spain? The financial crisis in Spain had a significant effect on people's health. Between 2008 and 2014, catastrophic health spending (out-of-pocket household's capacity to pay for health care) increased.

The report has found that the following aspects of NHS cover financial hardship:

### ¿Sabías que...?

Cerca de la mitad de la población mundial carece de acceso integral a los servicios de salud básicos.

De acuerdo a los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de las Naciones Unidas, se buscará alcanzar la cobertura sanitaria universal antes del 2030.

### ¡Toma nota!

Existe evidencia epidemiológica que demuestra que la exposición a la naturaleza contribuye al bienestar. Además estudios recientes han demostrado que pasar al menos 120 minutos a la semana realizando actividades en contacto con la naturaleza (como parques naturales, bosques, montañas y playas) se asocia con una mejor salud y bienestar.

Se puede decir que realizar actividades al aire libre 20 minutos al día durante 6 días de la semana mejorará tu calidad de vida.



En el silencio de la montaña cada uno descubrió parte de sí mismo.

-Eduardo Strauch