

Ingesta de calcio y vitamina D, menús escolares, dieta mediterránea y consumo de zumos de frutas, entre los temas que ha abordado la Fundación Española de la Nutrición (FEN)

## **La FEN presenta datos sobre la menor ingesta de calcio en la dieta de los españoles en la XXVIII Reunión Española de Nutrición**

- **Participa con 4 comunicaciones científicas y una mesa redonda en el Congreso de la Sociedad Española de Nutrición que se celebra en Soria**
- **Presenta los resultados del estudio científico ANIBES sobre el consumo de zumos de frutas en España a través de uno de los cuatro pósteres que exhibirá**

**Madrid, 24 de junio de 2019.-** La Fundación Española de la Nutrición (FEN) ha participado activamente en la XXVIII Reunión Española de Nutrición, organizada por la Sociedad Española de Nutrición, que se ha celebrado en Soria del 20 al 22 de junio y en la que han tenido especial relevancia los retos actuales de la investigación en nutrición y traslación a la sociedad.

De esta manera, durante las tres jornadas, la FEN ha tenido la oportunidad de presentar cuatro comunicaciones y ha intervenido en la mesa redonda de nutrición y estilo de vida con la ponencia “Proyecto Alimentación y Sociedad en la España del siglo XXI: decisión alimentaria y sostenibilidad”.

La comunicación *“Calcium and Vitamin D intake and its evolution in Spanish households according to the Food Consumption Survey (2004-2017)”* ha presentado datos significativos en torno a la ingesta de calcio que muestra una bajada importante debido al menor consumo de leche. Asimismo, aunque la ingesta de vitamina D se ha incrementado, se ha observado una disminución en el consumo de pescado. El estudio concluye que el consumo de ambos micronutrientes, calcio y vitamina D están por debajo de las recomendaciones, por lo que se deberían tomar medidas de salud pública para incrementar los niveles.

Las investigaciones realizadas por la FEN en cuestión de menús escolares también han tenido cabida. Así, el trabajo *“Menus offered in public schools of the Community of Madrid. Fitting recommendations of food groups (2017-2018)”*, ha concluido que, a la hora de rotar los menús, sería necesario mejorar la oferta de algunos grupos de alimentos, fundamentalmente aquellos que son menos consumidos por los niños como son frutas, verduras y hortalizas y pescado azul

Asimismo, la comunicación *“Adherence to Mediterranean diet and lifestyle in consumers and not-consumers of oats”* ha mostrado cómo, tras un estudio realizado en 1.832 participantes del estudio científico ANIBES, los sujetos que habitualmente incluyen avena en su alimentación tienen una mejor adherencia a la Dieta Mediterránea y un mejor “estilo de vida”.



Finalmente, el estudio *“Data consumption on fruit juices: findings from de ANIBES Study”* ha mostrado cómo, al menos, un tercio de la población ANIBES consume algún tipo de zumo de fruta o néctar. El trabajo destaca la necesidad de realizar nuevos estudios en los que se analice, de forma separada, el consumo de las distintas categorías de zumo para poder evaluar y hacer recomendaciones específicas a cada caso. En el estudio científico ANIBES han participado más de 2.000 personas con edades de entre 9 y 75 años.

### **Sobre la Fundación Española de la Nutrición**

La [Fundación Española de Nutrición](http://www.fen.org.es), en sus 35 años de existencia, tiene por objeto el estudio y mejora de la nutrición de los españoles. Para ello, participa en la elaboración permanente y difusión de documentos sobre los distintos estados de situación de los problemas existentes en el terreno nutricional.

#### **Para más información:**

Fundación Española de la Nutrición (FEN)  
Tel. 91 447 07 59  
[www.fen.org.es](http://www.fen.org.es)

Gabinete de prensa FEN  
Torres y Carrera  
Bárbara Navarro / Isabel Estévez Tel. 91 590 14 37 – 629 27 90 54  
[bnavarro@torresycarrera.com](mailto:bnavarro@torresycarrera.com)