

El Comité de Nutrición de la AEP valora la Estrategia Nacional de Alimentación como una oportunidad para impulsar hábitos saludables desde la infancia

- Confía en que impulse el consumo de alimentos frescos y locales, fomente patrones alimentarios que reduzcan el consumo de ultraprocesados y bebidas azucaradas y refuerce la educación nutricional desde edades tempranas
- Los pediatras advierten que, si no se promueven estilos de vida saludables, los niños y adolescentes podrían tener una esperanza de vida más corta que la de sus abuelos
- España enfrenta un desafío significativo por la alta prevalencia de obesidad infantil, una de las más elevadas de Europa

Madrid, 11 de febrero de 2025_El Comité de Nutrición y Lactancia Materna (CNLM) de la Asociación Española de Pediatría (AEP) valora la Estrategia Nacional de Alimentación (ENA) como una *“oportunidad única”* para fomentar un cambio positivo en los hábitos alimentarios de la población española, especialmente desde las primeras etapas de la vida. *“La lucha contra la obesidad infantil y sus comorbilidades es una tarea que nos compete a todos. Necesitamos una estrategia de país que fomente la educación, la prevención y la sostenibilidad, preservando nuestra identidad gastronómica y promoviendo un estilo de vida saludable para las generaciones presentes y futuras”*, afirmó la doctora **Rosaura Leis, catedrática de Pediatría y coordinadora del CNLM**, durante el acto de presentación de la ENA, celebrado en Madrid el 6 de febrero por el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación con el objetivo de garantizar la sostenibilidad, seguridad y calidad del sistema alimentario en España. El acto contó con la presencia del presidente del Gobierno, Pedro Sánchez.

La infancia y la adolescencia son etapas fundamentales para establecer hábitos alimentarios que perduren a lo largo de la vida. En este sentido, la doctora Leis subrayó que *“los primeros mil días de vida representan una ventana de oportunidad clave”* para garantizar un desarrollo saludable y prevenir patologías crónicas.

España enfrenta un desafío significativo por la alta prevalencia de obesidad infantil, una de las más elevadas de Europa. Este problema se agrava por la pérdida de adherencia a los patrones alimentarios tradicionales, como la Dieta Mediterránea y la Dieta Atlántica, reconocidos mundialmente por sus beneficios para la salud y el medio ambiente. *“Si no actuamos ahora, nuestros niños y adolescentes podrían tener una esperanza de vida más corta y menos saludable que la de sus abuelos”*, alertó la doctora Leis.

El CNLM confía en que la Estrategia impulse el consumo de alimentos frescos y locales, fomentando patrones alimentarios sostenibles y saludables que reduzcan el consumo de productos ultraprocesados y bebidas azucaradas, mientras refuerzan la educación nutricional desde edades tempranas.

Para alcanzar los objetivos de la ENA, la doctora Leis destacó la importancia de un enfoque coordinado que involucre a las **“4 Ps”**: *“Los **padres y abuelos**, como transmisores esenciales de valores y hábitos saludables en el hogar; los **profesores y la escuela**, considerando que los comedores escolares deben ser espacios de educación nutricional, complementados con la inclusión de contenidos sobre estilos de vida saludables en el currículo escolar; los **pediatras y personal sanitario**, destacando el papel clave del modelo pediátrico español no solo en el tratamiento de enfermedades, sino también en la prevención a través de controles de salud regulares a la población infantil y adolescentes, y los **políticos**, a través de un compromiso decidido por parte del Gobierno para coordinar políticas que promuevan la salud pública y garanticen el acceso universal a una alimentación saludable”*.

Recuperar los patrones alimentarios tradicionales

La ENA debe servir también para proteger y revitalizar la Dieta Mediterránea y la Dieta Atlántica, pilares de la identidad gastronómica española. Estos patrones, además de ser culturalmente valiosos, están respaldados por su baja huella de carbono e hídrica, lo que los convierte en modelos de sostenibilidad. *“No se trata solo de qué comemos, sino de cómo y cuándo lo hacemos. Recuperar las comidas en familia y el consumo de alimentos frescos y de temporada es clave para la educación alimentaria”*, enfatizó la experta.

El Comité de Nutrición y Lactancia Materna de la AEP confía en que la Estrategia pueda ser el catalizador necesario para impulsar políticas alimentarias efectivas que pongan el foco en la infancia y la adolescencia. Una correcta implementación permitirá no solo mejorar la salud de las nuevas generaciones, sino también posicionar a España como un referente mundial en alimentación sostenible y saludable. *“Representa una oportunidad histórica para construir un futuro más saludable para todos. Su éxito dependerá de la implicación de familias, escuelas, profesionales sanitarios, responsables políticos y de la sociedad en su conjunto”*, concluyó la doctora Leis.

Sobre la Asociación Española de Pediatría

La Asociación Española de Pediatría es una sociedad científica que representa a cerca de 13.000 pediatras que trabajan tanto en el ámbito hospitalario como de atención primaria. Está integrada por todas las sociedades científicas de pediatría regionales y las sociedades de pediatría de las distintas especialidades. El principal objetivo de la asociación es velar por la adecuada atención sanitaria, fomentar el desarrollo de la especialidad, tanto en sus aspectos asistenciales como en los docentes y de investigación, además de asesorar a todas aquellas instituciones competentes en asuntos que puedan afectar o afecten a la salud, desarrollo e integridad del niño y del adolescente, así como divulgar e informar a la población sobre cuestiones de salud infantil.