

NOTA DE PRENSA

Comercio local, estacionalidad de los alimentos y no a los productos ultra-procesados: las recomendaciones del CGCODN y la Academia para una “gastronomía responsable”

- Los malos hábitos alimentarios suponen una de las principales causas que provocan enfermedad y mortandad
- Ambas entidades hacen un llamamiento con motivo del Día Mundial de la Gastronomía Sostenible, que se celebra el 18 de junio
- El concepto de “gastronomía responsable” implica cuidar al alimento, a quien lo produce y a quien lo consume

16 junio 2021 – El 18 de junio se celebra el Día Mundial de la Gastronomía Sostenible. Desde el Consejo General de Colegios Oficiales de Dietistas-Nutricionistas (CGCODN) y la Academia Española de Nutrición y Dietética (la Academia), se quiere aprovechar esta jornada para reivindicar y promover la importancia de llevar a cabo una “gastronomía responsable”.

“Entendemos por Gastronomía Responsable la que se ocupa de cuidar al alimento, a quien lo produce y a quien lo consume, a través de una alimentación equilibrada, coherente, adaptada a las necesidades de cada una y cada uno, y respetuosa con los principios básicos de la gastronomía”, explica la presidenta del CGCODN, **Alma Palau**.

Cuidar al alimento implica proteger y promover la biodiversidad, recuperar y potenciar especies extinguidas, y también reducir el desperdicio a través del uso y consumo de todas las piezas, sin desechar las que no sean “perfectas”.

Cuidar al que lo produce es una cuestión de ética y de justicia; **“estaríamos hablando aquí, entre otras cosas, del comercio justo, tan necesario en nuestro sistema alimentario actual”**, argumenta **Palau**.

Giuseppe Russolillo, presidente de la Academia Española de Nutrición y Dietética, apunta que **“en los tiempos actuales, donde las principales causas de enfermedad están asociadas a factores de riesgo nutricional y malos hábitos alimentarios, cuidar lo que se come es probablemente el aspecto más novedoso incorporado a la gastronomía, y está del todo necesario y justificado. Consiste en tener como fin el cuidado, la curación o la recuperación de una persona frágil, vulnerable o enferma.”**

Uno de los principales enemigos de la gastronomía responsable son los alimentos ultra-procesados. Es fundamental limitar su consumo y, en su lugar, promover una alimentación más saludable, consciente y respetuosa con el entorno.

Comunicación

Rebeca Valenciano

prensa@consejodietistasnutricionistas.com

Móvil 651 420 448

Alma Palau afirma que “**el primer paso y fundamental es promover el comercio local y de proximidad, para acortar así los canales de distribución y reducir lo máximo posible el número de intermediarios**”. “**De este modo -añade Russolillo- obtenemos un mayor beneficio nutricional, debido a que se respetan los ciclos naturales de producción y consumo del alimento. Además, el cultivo local respeta la estacionalidad de cada fruto y planta, conservando mejor la calidad del suelo**”.

Sensibilizar a la ciudadanía es clave para conseguir estos objetivos. En el **Foro Nacional de Alimentación Responsable**, que anualmente celebran ambas entidades, se concluyó cómo podemos utilizar la educación y la pedagogía para informar, divulgar y sensibilizar a la población general y a profesionales del sector (políticos, profesores, profesionales de la alimentación, etc.) en temas de consumo responsable, comercio justo, apadrinamiento y economía circular como parte del modelo de sistema alimentario. Por ello, resulta además relevante que tanto empresas (públicas y privadas) como instituciones sirvan de ejemplo a la ciudadanía.

En este sentido, la gastronomía responsable procura no solo proporcionar placer a los sentidos, sino que busca positivamente el bienestar físico, psíquico y emocional del consumidor o del usuario del servicio, restableciendo o promoviendo su salud física o mental a través de una alimentación equilibrada, coherente, adaptada a sus necesidades, y respetuosa y cumplidora de todos los principios básicos de la gastronomía.

www.consejodietistasnutricionistas.com

Más información

Comunicación

Rebeca Valenciano
prensa@consejodietistasnutricionistas.com
Móvil 651 420 448