

## Libros

### *Alimentación saludable para personas vulnerables, 2019*

Publicación: 84 páginas

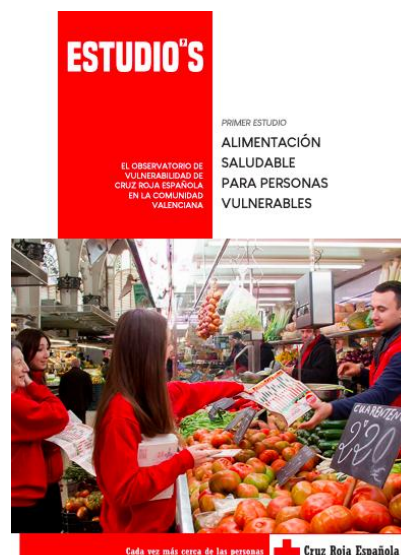
Edita: Observatorio de la Vulnerabilidad  
Cruz Roja de la Comunitat Valenciana

Depósito legal: B 3279-2019

Autoría: Navarro T (Coord.) Gavidia R  
(Asesoramiento científico)

Accesible en línea

<https://www.cruzroja.es/principal/documentos/19812/2280248/estudio.pdf>

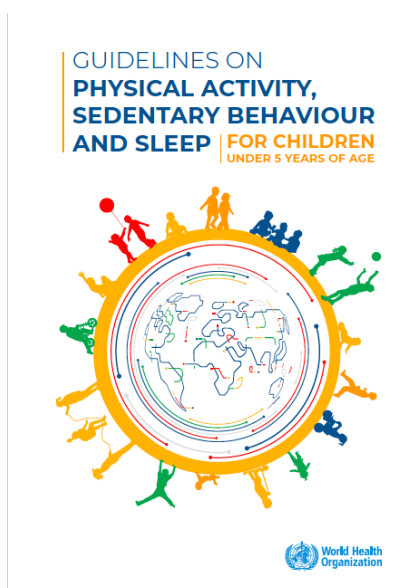


Primer Estudio del Observatorio de la Vulnerabilidad Social de Cruz Roja Española en la Comunitat Valenciana que pretende ofrecer una visión holística de la realidad social de esta comunidad autónoma con el objetivo contribuir a la investigación y medición de las realidades sociales y que permita, en consecuencia, la formulación de iniciativas por parte de las administraciones y ONGs.

La investigación social aplicada es una línea de trabajo desarrollada en Cruz Roja Española desde el año 2006, donde se analiza de forma amplia y consolidada el impacto de los distintos factores de riesgo de exclusión social que viven las personas con las que la Institución trabaja. El estudio se centra en uno de los ejes fundamentales de la vulnerabilidad, la alimentación. En él se ha analizado el acceso de la población vulnerable a la alimentación saludable, analizando los factores socioeconómicos que les rodean y sus pautas de consumo alimentario, con encuestas específicas sobre la inseguridad alimentaria, medida a través de la metodología de la Escala Latinoamericana y Caribeña de Seguridad Alimentaria (ELCSA), y la encuesta de frecuencia de consumo de alimentación con el índice de Alimentación Saludable (IAS).

En esta ocasión el análisis se centra en la vulnerabilidad social que supone el deficiente acceso a una alimentación saludable. Es conocido que la alimentación es un Derecho Humano fundamental, dado que su carencia supone implícitamente deficiencias en otros como son el propio desarrollo humano, la sociedad y el progreso. Por otro valga señalar para corroborar su importancia que este derecho se encuentra recogido en segunda posición de los Objetivos de Desarrollo Sostenible, bajo la denominación “Poner fin al hambre, lograr la seguridad alimentaria y la mejora de la nutrición y promover la agricultura sostenible”.

## ***Guidelines on Physical Activity, Sedentary Behaviour and Sleep for children under 5 years of age, 2019.***



Publicación: 23 páginas

Edita: World Health Organization; 2019

ISBN 978-92-4-155053-6

Coordinadora: Department for the Prevention of Noncommunicable Diseases.

Autoría: Fiona Bull F, Breda J, Daelmans B, Grummer-Straw L, Rollins N, Thamarangsi T, Waqanivalu T, Willumsen J, Ansari M, Chen C, Choquette L, Dangarembizi-Munambah N, Draper C, Farpour-Lambert N, Flynn K, Khan N, Khouaja A, Li A, Okely A, Portela M, Reilly J, Rodin R, Tremblay M, Wickramasinghe P, Chandasiri O, Klein J, Ring-Dimitriou J, Sakakihara Y y Tomlinson M.

Los principales destinatarios de estas directrices son los organismos encargados de formular políticas en los ministerios de salud, educación y/o asistencia social, que trabajan en países de ingresos altos y medios y bajos, personas que trabajan en organizaciones no gubernamentales y servicios de desarrollo de la primera infancia, y aquellos que prestan servicios de asesoramiento y orientación a los cuidadores, como enfermeras o médicos comunitarios, familiares, pediatras o terapeutas ocupacionales.

El objetivo de estas directrices es ayudar a quienes desarrollan planes nacionales para aumentar la actividad física, reducir el tiempo de sedentarismo y mejorar el tiempo dedicado a dormir en niños pequeños a través de documentos de orientación y definir elementos críticos de los servicios de cuidado infantil.

Estas directrices llenan un vacío en las recomendaciones de la OMS sobre actividad física, ya que los niños menores de 5 años no fueron incluidos en las recomendaciones globales sobre actividad física para la salud de 2010.

El desarrollo de estas directrices se realizó de conformidad con el Manual de la OMS sobre desarrollo de directrices y comenzó en 2017 con la formación de un Grupo Directivo. El Grupo de Desarrollo de Directrices (GDG), ha estado compuesto por expertos técnicos y partes interesadas relevantes de las seis regiones de la OMS. Se actualizaron las revisiones sistemáticas existentes, recientes y de alta calidad, y se ampliaron los criterios de búsqueda para incluir los seis idiomas oficiales.

Las recomendaciones se actualizarán dentro de diez años, a menos que la investigación adicional en el área proporcione evidencia adicional para justificar una actualización anterior.

## **Recomendaciones nutricionales para un desayuno adecuado, 2019.**



Publicación: 90 páginas

Publicación accesible en línea:  
[http://www.fen.org.es/storage/app/media/pdf/Informe\\_DND\\_19\\_marzo\\_2019\\_VW.pdf](http://www.fen.org.es/storage/app/media/pdf/Informe_DND_19_marzo_2019_VW.pdf)

Edita: Fundación Española de Nutrición.

Autoría: Rodríguez-Alonso P, Valero T, Ruiz E, Moll V, Trabanco A, Ávila JM, Varela G.

El texto recoge las conclusiones de la Iniciativa Internacional de Investigación sobre el Desayuno” (International Breakfast Research Initiative (IBRI) cuyo objetivo fue proporcionar un análisis armonizado a través de los datos de las encuestas nacionales de diversos países para obtener una imagen más clara de la ingesta de alimentos y nutrientes en el desayuno. Dicha iniciativa está representada por una amplia gama de expertos de Europa y América del Norte, incluidos científicos especializados en nutrición, salud pública y nutrición del mundo académico y de la industria alimentaria. Los países participantes fueron: EE. UU., Canadá, el Reino Unido, Dinamarca, Francia y España.

En la publicación se muestra el resumen de los principales resultados de los seis países participantes en la Iniciativa (la FEN en el caso de España) que de forma pormenorizada fueron publicados en un número especial de la Revista Nutrients en 2018. Los datos de los países publicados individualmente se completan como las recomendaciones nutricionales para el desayuno, basadas en los principios establecidos.

Un amplio capítulo muestra 31 ejemplos de desayunos elaborados según estas pautas. En ellos se ha tenido en cuenta la presencia de, al menos cuatro grupos de alimentos (leche y derivados, cereales y derivados, frutas y otros alimentos), incluyendo una oferta variada, saludable y de temporada a elegir por el consumidor. Cada uno de estos desayunos se ha diseñado incluyendo la siguiente información: nombre original del desayuno; descripción; foto; ingredientes; proceso de elaboración; listado de ingredientes y/o alimentos que causan alergias o intolerancias; valoración nutricional por 100 gramos de receta; adecuación a hábitos culturales y/o religiosos; tabla de información nutricional y, gráfica con el aporte de micronutrientes en el desayuno según las recomendaciones incluidas en la Iniciativa Internacional de Investigación sobre el Desayuno.

