



## Más del 60% de la población valenciana padece enfermedades asociadas a la alimentación

- 👉 La hipertensión es la patología más prevalente, seguida del colesterol alto, la diabetes y distintos tipos de alergias e intolerancias
- 👉 El asesoramiento dietético y nutricional resulta determinante para la prevención y tratamiento de estas patologías, que pueden acarrear graves problemas para la salud. No obstante, el sistema sanitario público valenciano cuenta con tan solo cuatro dietistas-nutricionistas para atender a toda la población
- 👉 Con el propósito de visibilizar estas enfermedades y concienciar sobre la importancia de una correcta alimentación para su abordaje, el Colegio Oficial de Dietistas y Nutricionistas de la Comunitat Valenciana (CODiNuCoVa) ha lanzado #Comoloquesoy, una campaña viral de concienciación y sensibilización

**València, 25 de marzo de 2019.-** El Colegio Oficial de Dietistas y Nutricionistas de la Comunitat Valenciana (CODiNuCoVa) ha advertido que actualmente existen 3.126.037 personas que presentan alguna enfermedad relacionada con la alimentación como hipertensión, colesterol alto, diabetes, alergias e intolerancias, lo que representa un 63% de la población residente en la comunidad autónoma<sup>1</sup>. “Pese a que es un porcentaje muy significativo de población, impera una gran desinformación sobre causas, síntomas y abordaje de estas patologías y, en concreto, de qué manera la dieta puede influir en el tratamiento y evolución de cada una de ellas. Además, dado que la figura del dietista-nutricionista no está integrada en el circuito sanitario público, es difícil que los pacientes reciban asistencia nutricional”, asegura Paula Crespo, presidenta del CODiNuCoVa. Con el propósito de visibilizar estas enfermedades, sensibilizar a la población y concienciar sobre la importancia de una correcta alimentación para mejorar el estado de salud de quienes las padecen, el Colegio ha lanzado la campaña #Comoloquesoy que busca recoger testimonios de las personas que presentan alguna de estas patologías.

Así, en cuanto a cifras de prevalencia de las enfermedades, la hipertensión es la más común en la Comunitat Valenciana: se da en más de 1.800.000 personas, con una

---

<sup>1</sup> Fuente: Generalitat Valenciana e Instituto Nacional de Estadística.



prevalencia del 40,7% en hombres y del 35,7% en mujeres. En segundo lugar, más de 415.600 valencianos presentan índices de colesterol por encima de lo recomendado, seguido de la diabetes que la sufren más de 402.740 personas, de las que 18.000 tienen diabetes mellitus tipo 1 y el resto, diabetes tipo 2. Según la Generalitat Valenciana, las alergias y las intolerancias afectan a entre un 1 y un 3% en el caso de la población adulta y entre un 4 y un 6% en el caso de los niños. El CODiNuCoVa destaca especialmente el caso de la celiaquía, la intolerancia al gluten, una enfermedad en la que el único tratamiento efectivo es la alimentación. Hoy en día, en la Comunitat Valenciana viven más de 12.460 personas con celiaquía, aunque el diagnóstico se puede retrasar y puede existir un alto porcentaje que aún no sabe que padece esta enfermedad.

### **Falta de atención nutricional y consecuencias para la salud**

“Para hacer frente a este tipo de patologías es imprescindible regular y llevar un control sobre la alimentación de cada paciente por parte de dietistas-nutricionistas. No obstante, el sistema sanitario público valenciano no cuenta con profesionales suficientes para un correcto abordaje personalizado de cada patología”, afirma Christian Mañas, dietista-nutricionista y miembro de la Junta Directiva del CODiNuCoVa. De hecho, la Red Sanitaria Pública Valenciana sólo cuenta con cuatro profesionales especializados en Nutrición Humana y Dietética, cuando la recomendación para España, según la Organización Mundial de la Salud, es de uno por cada 100 camas. Con 13.310 camas hospitalarias en las tres provincias, se requerirían como mínimo de 133 dietistas-nutricionistas.

Desde el punto de vista de los profesionales de la alimentación, la falta de atención nutricional implica ciertos riesgos y complicaciones para la salud de los enfermos. “Existen algunas complicaciones graves que se desconocen y que pueden conducir a un coma o incluso al fallecimiento como, por ejemplo, cuando se dan aumentos y disminuciones bruscas del azúcar en los diabéticos repetidas en el tiempo. En el caso de los celíacos pueden llegar a desarrollar ciertos tipos de cáncer si existe una falta de adherencia a una dieta sin gluten a largo plazo o si hablamos de hipertensión arterial, el sistema ocular puede verse dañado llegando a provocar incluso ceguera. Por su parte, las alteraciones del metabolismo del colesterol y los triglicéridos pueden acarrear mayor riesgo de enfermedad cardiovascular, como las anginas de pecho y los infartos, o enfermedades cerebro vasculares, como ictus y hemorragias, entre otras consecuencias”, añade Mañas.

### **Comemos lo que somos**

Con el propósito de visibilizar estas enfermedades y poder ayudar a prevenir la aparición de problemas asociados a un descontrol en las pautas dietéticas y nutricionales que debe seguir cada enfermo, el Colegio Oficial de Dietistas y Nutricionistas ha lanzado la



campana de concienciación #Comoloquesoy. “Queremos dar a conocer a la sociedad cómo la alimentación resulta determinante en el estado nutricional y en la salud de los enfermos y cómo personas con diabetes, celiaquía, que sufren hipertensión o hipercolesterolemia o presentan alguna intolerancia se enfrentan de manera diferente a situaciones cotidianas relacionadas con la comida, como la preparación del desayuno o salir a cenar un día con amigos. Son escenarios muy comunes, pero difícilmente nos podemos llegar a imaginar qué implicaciones tienen en su día a día”, explica la dietista-nutricionista Paula Crespo.

Bajo el hashtag #Comoloquesoy cualquier persona podrá contar su testimonio en redes sociales sobre qué papel juega la alimentación en su vida. La campaña también contará con el apoyo de líderes de opinión en este ámbito, pacientes que sufren algún tipo de enfermedad, con una comunidad de seguidores amplia, que animarán a compartir sus experiencias. En paralelo, el Colegio realizará acciones de divulgación sobre aspectos básicos de cada patología con el propósito de fomentar unos hábitos de vida y pautas de alimentación saludables en la sociedad valenciana.

#### ***Sobre CODiNuCoVa***

CODiNuCoVa es el Colegio Oficial de Dietistas y Nutricionistas de la Comunidad Valenciana. Constituido en 2009, es el segundo más grande de toda España dedicado a la profesión, con más de 680 dietistas-nutricionistas colegiados. Los dietistas-nutricionistas son expertos en alimentación, profesionales de la salud dedicados a ámbitos tan diversos como la investigación, la docencia, la atención clínica, la salud pública, la nutrición comunitaria, la seguridad alimentaria, la restauración colectiva y social o la educación alimentaria, entre otros. Desde CODiNuCoVa se trabaja para poner en valor la relevancia de la nutrición en nuestras vidas, promover una correcta salud alimentaria entre la sociedad e integrar la actividad de los dietistas-nutricionistas en la estructura sanitaria y social para lograr una mejor calidad de vida y el bienestar de todos los ciudadanos