

NOTA DE PRENSA

“A tope, siempre con salud” Nutrición y deporte, protagonistas del Día del Dietista-Nutricionista 2021

- **Nutricionistas y educadores físico deportivos se unen para concienciar sobre la importancia de la alimentación y el ejercicio como pilares de una vida saludable.**
- **Los españoles y españolas destinan entre 200 y 500 euros a la compra de alimentos para mejorar su rendimiento deportivo.**
- **La campaña “A tope, siempre con salud” se presentará en una mesa redonda dentro del IV Congreso de Alimentación, Nutrición y Dietética**

23 noviembre 2021 – Los españoles y españolas destinan entre 200 y 500 euros a la compra de alimentos para mejorar su rendimiento deportivo, según datos del estudio [Recrea-Diet](#) sobre alimentación saludable, hábitos de consumo y práctica de actividad física recreativa, de La Academia Española de Nutrición y Dietética. En él también se recoge que **el 71% de la población en España mayor de 15 años realiza alguna actividad físico-deportiva** en su tiempo libre al menos una vez por semana, con una dedicación de entre 45 y 90 minutos por sesión.

Ante este contexto, **el Consejo General de Colegios Oficiales de Dietistas-Nutricionistas y el Consejo General de la Educación Física y Deportiva lanzan el 24 de noviembre, coincidiendo con el Día del Dietista-Nutricionista, la campaña “A tope, siempre con salud”**, cuyo objetivo es concienciar sobre la importancia de combinar actividad física con alimentación adecuada para gozar de buena salud, así como eliminar bulos y malas prácticas en el ámbito de la nutrición deportiva.

La campaña arranca con un **webinar gratuito** que se celebra el propio día 24 de noviembre dentro del **IV Congreso de Alimentación, Nutrición y Dietética**, con el objetivo de transmitir cómo hacer deporte con salud a través de la alimentación y cómo promover la salud con el deporte y la actividad física. En ella participan los dietistas-nutricionistas **Javier Marhuenda** y **Francisco J. Martín** junto a los educadores físico deportivos, **Javier Butragueño** y **Amelia Guadalupe**. El encuentro estará moderado por **Raúl López Grueso**, investigador del **Grupo de Especialización en Nutrición y Dietética para la Actividad Física y el Deporte (GE-NuDAFD)**.

Además, a través de la web de la campaña www.diamundialdietistanutricionista.org y de las redes sociales del CGCODN y el Consejo COLEF se difundirán durante 4 semanas recomendaciones en nutrición deportiva elaboradas por dietistas-nutricionistas especializados en nutrición deportiva y educadores físico-deportivos basadas en el

Comunicación

Rebeca Valenciano

prensa@consejodietistasnutricionistas.com

Móvil 651 420 448

conocimiento y la evidencia científica. También se proporcionarán materiales a los especialistas de ambas profesiones para que puedan ser utilizados en su trabajo diario con sus pacientes.

Los presidentes de ambas instituciones, **Alma Palau** y **Vicente Gambau**, destacaron durante la firma del convenio la importancia del apoyo mutuo entre estas dos profesiones para contribuir de manera positiva en una sociedad en la que cada vez es más necesaria la intervención en nutrición y ejercicio físico.

Palau agradeció al Consejo COLEF su colaboración y resaltó que **“el futuro de la salud de la población española depende en un alto porcentaje de comer mejor y moverse más, y por ello este tipo de colaboraciones y materiales redundará exclusivamente en la salud de la población”** y que **“los ciudadanos necesitan que los gobiernos autonómicos sean más proactivos en la incorporación del dietista-nutricionista en hospitales y en atención primaria”**.

Por su parte, **Vicente Gambau** añade que **“esta primera colaboración entre Consejos Generales, de profesiones tan complementarias para la salud de la ciudadanía, marca el inicio de una fructífera relación de apoyo mutuo; que a buen seguro desembocará en acciones positivas para una sociedad en la que cada vez es más necesaria la intervención en nutrición y ejercicio físico, ante las amenazas del aumento de las enfermedades no transmisibles y sus comorbilidades. Y recordó que “cuando ejercicio físico y nutrición se unen, conseguimos un tándem perfecto para la salud de las personas.**

Más información

www.consejodietistasnutricionistas.com

www.diamundialdietistanutricionista.org

Comunicación

Rebeca Valenciano

prensa@consejodietistasnutricionistas.com

Móvil 651 420 448