



La FESNAD recomienda mantener las pautas de salud pública en cuanto al consumo de carnes rojas y procesadas

Madrid, 27 de octubre de 2015- Ante el informe emitido por la Agencia Internacional de Investigación sobre el Cáncer de la Organización Mundial de la Salud (OMS) en relación a las carnes rojas y procesadas, la FESNAD llama a la tranquilidad y recomienda mantener las pautas de consumo marcadas por AECOSAN y apoyadas por las sociedades nacionales y europeas de nutrición, alimentación y dietética.

Según el informe, el Jefe del Programa de Monografías de la IARC afirma en el informe que “para un individuo, el riesgo de desarrollar cáncer colorrectal por su consumo de carne procesada sigue siendo pequeño, pero el riesgo aumenta con la cantidad de carne consumida”. Por este motivo, todas las Sociedades incluidas en FESNAD recomiendan limitar el consumo de carne procesada a consumo ocasional y el consumo de carnes magras a 3 raciones a la semana, y recuerda que las carnes rojas tienen un valor nutricional interesante para el organismo, por su aporte de hierro y vitamina B12 en particular.

De este modo, la FESNAD, en línea con la OMS, pone de manifiesto que no es necesario eliminar de la dieta este tipo de alimentos ni poner en alerta a la población española, sino llevar a cabo un consumo moderado de carnes rojas y procesadas, tal y como ya está indicado en las pirámides nutricionales y se ha recomendado durante muchos años.

Desde la FESNAD se recuerda la importancia, junto con un estilo de vida saludable, del mantenimiento de una correcta alimentación, variada y equilibrada, en el que tienen cabida todos los grupos de alimentos, siempre que se respeten las cantidades diarias/semanales recomendadas por las guías de alimentación saludable. Asimismo, es importante recordar que la correcta hidratación y la práctica de actividad física diaria son relevantes para la prevención de diferentes enfermedades entre las que destacan las cardiovasculares y el cáncer.

Sobre FESNAD

La Federación Española de Sociedades de Alimentación, Nutrición y Dietética es una entidad que nace con el ánimo de fomentar la investigación, la formación y la educación así como la práctica clínica y comunitaria. Asimismo, actúa como interlocutor sobre temas de Alimentación, Nutrición y Dietética ante diferentes instancias nacionales e internacionales.

Para más información:

Gabinete de prensa de FESNAD

Bárbara Navarro

91 384 67 69

Barbara.navarro@bm.com