



Día de la Mujer y la Niña en la Ciencia

Entrevista a **Ana María Rivas Velasco**,
Presidenta del Comité Científico de la AESAN

El Comité Científico de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN) presta un servicio insustituible a la Agencia y a la sociedad española ya que sus informes científicos permiten identificar y evaluar riesgos de origen alimentario, lo que se traduce en decisiones que protegen la salud de la población.

Se trata de un órgano multidisciplinar, en el que científicas y científicos procedentes de universidades y centros de investigación de distintas áreas del conocimiento, profesiones y procedencias comparten sus puntos de vista, enriqueciendo los informes. El Comité Científico ha emitido más de ciento sesenta informes de evaluación de riesgos químicos, biológicos, nutricionales y tecnológicos y la continuidad de su actividad durante más de 20 años es un símbolo del valor de su trabajo.

Desde 2003, 51 mujeres han formado parte del Comité, con un incremento notable desde las 3 integrantes iniciales en un grupo de 20 personas expertas en el primer Comité, a las 16 que lo componen actualmente.

La trayectoria de las mujeres que han formado parte del Comité Científico de la AESAN refleja no solo la evolución de la seguridad alimentaria en España, sino también los avances, y los retos aún pendientes, en la presencia de mujeres en la ciencia.

Con motivo del Día Internacional de la Mujer y la Niña en la Ciencia y coincidiendo con el 25 aniversario de la AESAN, esta entrevista nos ofrece una oportunidad valiosa para poner rostro y voz al trabajo científico que sustenta nuestro sistema de seguridad alimentaria. A través de la experiencia de su Presidenta, Ana María Rivas Velasco, se refleja no solo la evolución de la evaluación de riesgos en nuestro país, sino también el papel creciente y decisivo de las mujeres en la ciencia.

“
Si una niña crece viendo que
en su hogar no hay barreras
mentales para ella, llegará a la
ciencia, o a donde se proponga,
con una seguridad que nada
podrá frenarla

“



La ciencia no se construye solo con datos y métodos, sino también con trayectorias, contextos y referentes que abren camino. En un ámbito históricamente masculinizado, la visibilidad de mujeres científicas ha tenido, y sigue teniendo, un papel clave en la vocación y la permanencia de muchas profesionales en la ciencia. Queríamos preguntarte por ello, ¿tuviste referentes femeninos en ciencia cuando eras pequeña? ¿cuáles fueron? ¿consideras que hoy en día las niñas necesitan más referentes?

Esta pregunta es esencial, ya que la vocación científica no nace solo en el estudio, sino en la narrativa y los referentes que compartimos como sociedad. Cuando era pequeña mis referentes eran casi exclusivamente masculinos o figuras históricas muy lejanas como Marie Curie, que parecía una excepción heroica más que una posibilidad real. Pero mi principal referente fue mi madre. Ella, fue una mujer trabajadora que me inculcó con su ejemplo la importancia de la independencia y de no conformarme nunca. De ella aprendí que no existen techos si una se niega a aceptarlos y que debemos aspirar siempre a lo más alto en nuestra carrera.

Creo firmemente que, aunque es vital que las niñas tengan referentes en los libros de texto y en los laboratorios, la educación principal se hace en casa. Somos las madres quienes tenemos la responsabilidad de ser el primer espejo donde se miren nuestras hijas. Si una niña crece viendo que en su hogar no hay barreras mentales para ella, llegará a la ciencia, o a donde se proponga, con una seguridad que nada podrá frenarla.

Además, hoy tengo claro que, en nutrición y seguridad alimentaria, no solo necesitamos que las niñas se vean como científicas; sino que pueden ser las que diseñen las políticas de salud pública del futuro o las que aseguren la calidad alimentaria global. Visibilizar a referentes científicos femeninos es vital para que las próximas generaciones entiendan que su talento en el laboratorio tiene un impacto directo y real en la vida de las personas. Por eso, como Presidenta del Comité, mi compromiso

firmes es visibilizar la labor de las excelentes científicas que lo integran: somos un equipo donde 16 de los 20 miembros somos mujeres. Nuestro objetivo es que ese talento mayoritario no solo genere conocimiento técnico de excelencia, sino que sirva de espejo para que cualquier niña comprenda que la seguridad alimentaria y la ciencia de este país están, hoy más que nunca, lideradas por mujeres.

En cuanto al acceso de las mujeres a la ciencia ¿cómo era este acceso cuando iniciabas tu carrera profesional y cómo ha cambiado?

Cuando inicié mi carrera en los años 90, la presencia femenina estaba en las clases y en

los laboratorios, pero apenas ocupábamos puestos de toma de decisiones o cátedras. La conciliación era un concepto inexistente y el 'techo de cristal' no era algo de lo que se hablara abiertamente; simplemente se asumía que, a medida que ascendías en la pirámide investigadora, las mujeres iban desapareciendo.

El cambio ha sido profundo, hemos pasado de ser una excepción en los puestos de responsabilidad a liderar comités científicos. Hoy, herramientas como los planes de igualdad, la visibilización de referentes y una mayor sensibilidad hacia la conciliación han permitido que el talento femenino deje de 'perderse' por el camino.

“
La verdadera igualdad
llegará cuando no tengamos
que realizar un sobreesfuerzo
heroico para estar en el mismo
sitio que ellos





Muchas científicas brillantes abandonan o no dan el paso hacia puestos de responsabilidad no por falta de capacidad, sino por supervivencia

Un ejemplo claro de esta evolución es el Comité que hoy presido. Hemos pasado de una ciencia donde las mujeres hacíamos el trabajo de base, a una ciencia donde las mujeres, por derecho y capacidad, estamos definiendo la estrategia y el futuro de la seguridad alimentaria en España.

Sin embargo, soy muy consciente de que aún queda mucho por hacer. Aunque hemos ganado espacio en las aulas y en comités como el nuestro, todavía persisten retos estructurales: la brecha de género en los niveles más altos de liderazgo, el acceso a la financiación para proyectos liderados por mujeres y, sobre todo, la necesidad de asegurar que la maternidad no siga siendo un obstáculo para la carrera investigadora.

Con respecto a tu carrera profesional ¿cuál fue la mayor barrera que encontraste como mujer científica? Y, ¿qué barreras crees que se han caído desde que tu empezaste tu carrera científica y cuáles siguen en pie?

Si me preguntas por las barreras, muchas de ellas han sido y siguen siendo muros invisibles contruidos sobre la culpa y la presión social.

Hoy, las barreras han cambiado de forma, pero el fondo persiste. Seguimos siendo nosotras las que, a menudo de forma inconsciente, nos ponemos el freno al asumir que el cuidado es

nuestra responsabilidad exclusiva, renunciando a puestos por 'el bien de la familia', algo que muy pocos hombres se plantean.

Queda mucho por hacer porque, la verdadera igualdad llegará cuando no tengamos que realizar un sobre esfuerzo heroico para estar en el mismo sitio que ellos, ni justificar como lo compaginamos con el cuidado de nuestras familias.

Entrar en el mundo científico es una cosa y ocupar puestos de responsabilidad, otra ¿cómo era el acceso a los puestos de responsabilidad en la universidad o en los centros de investigación cuando comenzaste tu carrera profesional?

Quando comencé mi carrera, entrar en el mundo científico como mujer era posible, pero ocupar puestos de responsabilidad era una meta que se sentía casi fuera de nuestro alcance. En aquel entonces, los centros de investigación y la universidad funcionaban bajo una estructura de poder marcadamente masculina; las mujeres estábamos en los laboratorios haciendo el trabajo de base, pero las direcciones de los grupos y centros de investigación eran, de forma casi exclusiva, territorios de hombres.

El acceso a esos puestos no solo era difícil por una cuestión de méritos, sino por las barreras estructurales y sociales que mencionaba antes.

Has ocupado puestos de responsabilidad profesional y académica, ¿cómo has vivido la conciliación laboral, familiar y personal? ¿crees que hay mujeres que han renunciado a ocupar puestos de este tipo por la falta de conciliación y/o corresponsabilidad?

Hablar de conciliación para las mujeres de mi generación es hablar, en realidad, de un sobre esfuerzo invisible. En mi caso, no ha sido un camino de equilibrio, sino de una exigencia física y mental extrema. Nunca olvidaré cuando tuve que enfrentarme a la habilitación nacional para conseguir una plaza de titular de universidad. En aquel momento, el sistema era de una rigidez absoluta: el examen podía celebrarse en cualquier punto de España, ya que la sede dependía exclusivamente de la ciudad donde residía el presidente del tribunal.

Recuerdo vivir aquel proceso con un miedo constante; estaba en un estado muy avanzado de gestación y sabía que, si el sorteo del tribunal me obligaba a desplazarme en avión, simplemente no habría podido examinarme. El sistema no contemplaba ninguna excepción por embarazo ni ofrecía alternativas; era una lotería que ignoraba por completo nuestra realidad biológica. Al final, realicé el segundo ejercicio en las últimas semanas de embarazo y el tercero apenas dos semanas después de dar a luz. Competí con compañeros que no tenían ese desgaste físico ni esa carga mental. Al final, logré mi plaza, pero fue un esfuerzo físico y mental extremo para demostrar mi excelencia en un sistema que no estaba diseñado para nosotras.

La AESAN lidera un sistema basado en el Análisis de Riesgos, que separa claramente la evaluación científica (lo que hacemos en el Comité) de la gestión política. Esta independencia es la mayor garantía para la ciudadanía

Además, está la barrera de la corresponsabilidad. Cuando me fui al *Medical Research Council* de Edimburgo, con una beca Marie Cuire para realizar mi estancia postdoctoral, lo hice sola, mientras veía cómo muchos de mis compañeros hombres se llevaban a sus parejas, quienes renunciaban a sus trabajos para apoyarlos. Yo, en cambio, sentía la presión social de estar ‘estancando’ mi vida personal frente a mis amigas que se estabilizaban y tenían hijos.

Sin embargo, quiero visibilizar también el papel fundamental que juegan los hombres en este camino, personificado en la figura de mi padre. Él fue quien más me impulsó a salir al extranjero, a formarme y a convertirme en la científica que soy hoy, sin ponerme jamás un límite por el hecho de ser mujer.

¿Si creo que hay mujeres que han renunciado? No es que lo crea, es que lo he visto y lo sigo viendo en generaciones más jóvenes. Muchas científicas brillantes abandonan o no dan el paso hacia puestos de responsabilidad no por falta de capacidad, sino por supervivencia. Todavía hoy, recibo comentarios —a menudo de otras mujeres— preguntándome cómo ‘puedo’ atender a mis hijas y mi carrera, comentarios que buscan generarte un sentimiento de ‘mala madre’ que jamás se le proyecta a un hombre.

Asumimos que el cuidado nos pertenece solo a nosotras y, ante la falta de una conciliación real, muchas optan por no ocupar esos puestos para no sacrificar más a sus familias. Por eso, que hoy seamos 16 mujeres y 4 hombres en este Comité es un mensaje poderoso, pero no debe ocultar que el sistema aún debe cambiar para que llegar aquí no requiera un sacrificio personal tan asimétrico.

Ligado al propósito de esta entrevista, hoy se celebra el Día de la Mujer y la Niña en la Ciencia ¿qué les dirías a las niñas que hoy quieren dedicarse a la ciencia? ¿qué queda por hacer?

Para hablarle a las niñas que hoy sueñan con la ciencia, no puedo hacerlo sin mencionar el libro que sigue siendo mi referencia absoluta: ‘El hombre en busca de sentido’ de Viktor Frankl. Este libro me enseñó que dedicarse a la ciencia no es solo interpretar datos, sino una forma de encontrar un propósito profundo en

la vida.” Frankl escribió que *“quien tiene un ‘porqué’ para vivir, puede soportar casi cualquier ‘cómo’”*. La carrera científica es una carrera de fondo; habrá experimentos fallidos y días de frustración. Pero si encontráis vuestro propósito, ese deseo de descubrir la verdad o de mejorar el mundo, ese “porqué” os dará la fuerza para superar cualquier obstáculo técnico o social. No hay mayor gratificación que saber que tu trabajo trasciende y ayuda a la humanidad.

También les diría que el síndrome de la impostora es una mentira. Si alguna vez sentís que no sois “suficientemente listas” para estar en un laboratorio, recordad que esa duda no es vuestra, es un eco de prejuicios. Estáis más que preparadas. El talento no tiene género, tiene curiosidad y perseverancia.

Aunque hemos avanzado mucho, quedan desafíos estructurales y culturales importantes como romper el “techo de cristal” en la investigación: Todavía vemos que, aunque hay muchas mujeres dedicadas a la ciencia, la dirección de los grupos y los centros de investigación siguen estando mayoritariamente ocupados por hombres. Eliminar los sesgos inconscientes: combatir la idea de que hay “habilidades naturales” según el género y crear entornos donde la carrera investigadora no obligue a elegir entre la excelencia profesional y la vida personal.

El talento no tiene género, tiene curiosidad y perseverancia





¿Crees que hacen falta más medidas concretas para promover la presencia de las mujeres en el mundo científico y en los puestos de responsabilidad?

Si, hacen falta medidas directas porque la voluntad no basta cuando el sistema tiene fallos estructurales. Necesitamos imponer cuotas de paridad en las comisiones que deciden quién dirige los centros y quién recibe las subvenciones más altas, ya que el talento femenino suele estancarse en los mandos intermedios. Es urgente reformular las métricas de éxito para que la maternidad no suponga un problema profesional, penalizando menos la cantidad de publicaciones y valorando más la calidad. Como científica, nunca me he arrepentido de mi elección de carrera, pero no podemos pedir a las niñas que se metan en un mundo que todavía les pone obstáculos invisibles; tenemos que limpiar el camino con leyes que les ayuden.

¿Crees que se han roto los techos de cristal en el mundo académico?

Sinceramente, no, aún queda mucho trabajo por hacer. Aunque en las facultades vemos una base llena de mujeres brillantes, la foto cambia drásticamente a medida que subimos en la pirámide: el número de catedráticas y de responsables de centros y direcciones de departamentos sigue siendo bajo en compa-

ración con nuestros compañeros. Como Vicerrectora, veo a diario que el mérito no es lo único que cuenta si las reglas del juego siguen premiando una disponibilidad absoluta que ignora la realidad de los cuidados y las cargas que todavía recaen mayoritariamente en nosotras. Haber llegado hasta aquí me confirma que es posible, pero también que el esfuerzo que se nos exige para romper ese cristal sigue siendo mucho mayor que el de cualquier hombre con nuestra misma capacidad. Además, existe una carga invisible pero constante: a las mujeres siempre se nos cuestiona por qué hemos llegado a un cargo. Se analiza nuestra trayectoria con lupa, se duda de nuestra autoridad o se insinúa que estamos ahí por una "cuota", mientras que a los hombres se les presupone la valía y nunca se les pregunta qué méritos hicieron para estar ahí.

¿Qué riesgos alimentarios afectan más específicamente a las mujeres? ¿Crees que se tiene en cuenta de forma adecuada en los estudios toxicológicos o de exposición a riesgos de origen alimentario a las mujeres?

Esta es una cuestión fundamental que toca directamente mi línea de investigación. Los riesgos alimentarios no son neutrales al género, y la respuesta corta es que no, no se tienen en cuenta de forma adecuada. Como especialista en disruptores endocrinos, sé que las mujeres

somos particularmente vulnerables debido a nuestra fisiología. Estos compuestos, como los bisfenoles presentes en envases plásticos y alimentos, tienen la capacidad de "imitar" a nuestras hormonas, especialmente a los estrógenos.

Existen ventanas de exposición críticas, como el embarazo, la lactancia o la menopausia, donde la ingesta de estos tóxicos a través de la dieta puede alterar no solo nuestra salud, sino también el desarrollo fetal. Además, todavía se publican muchísimos estudios que no desagregan resultados por sexo ni analizan los efectos específicos en la salud de la mujer de manera exhaustiva.

Nos detenemos ahora en tu experiencia dentro del Comité Científico de la AESAN y en cómo valoras su labor, su proyección y el apoyo institucional recibido.

Este año se celebra el 25 aniversario de la creación de la AESAN, ¿cómo valoras la evolución de la seguridad alimentaria en estos años y qué hitos consideras más relevantes?

En este cuarto de siglo hemos asistido a la consolidación de un sistema de protección más consolidado, hemos pasado de un modelo reactivo, donde se actuaba cuando el problema ya existía, a una cultura de la prevención basada íntegramente en la evidencia científica. Hace dos décadas, el foco era casi exclusivamente el control final. Hoy, la AESAN lidera un sistema basado en el Análisis de Riesgos, que separa claramente la evaluación científica (lo que hacemos en el Comité) de la gestión política. Esta independencia es la mayor garantía para el ciudadano.

Entre los hitos que considero más importantes en estos últimos años en seguridad alimentaria esta la globalización y digitalización, pasando de controles locales a una red de alerta hiperconectada que nos permiten hoy identificar un riesgo en cualquier punto de la cadena global y retirarlo en tiempo récord.

A nivel conceptual está el enfoque "One Health", ya no entendemos la seguridad alimentaria de forma aislada; sabemos que la salud humana está ligada a la salud animal y

al medio ambiente. El Comité Científico ahora evalúa desde informes basados en microbiología predictiva hasta contaminantes emergentes por el cambio climático.

¿Cómo describirías tu paso por el Comité Científico de la AESAN?

Mi paso por el Comité Científico de la AESAN ha sido, por encima de todo, una experiencia de un valor profesional y humano incalculable. Lo describiría como un ejercicio continuo de aprendizaje transversal; he tenido el privilegio de nutrirme de la sabiduría científica de mis compañeros, grandes expertos en áreas muy diversas que van mucho más allá de mi especialidad. Esa visión multidisciplinar es lo que realmente permite abordar la seguridad alimentaria con el rigor que la sociedad exige.

Además, quiero destacar el papel fundamental del personal de la AESAN. Su labor es impecable; siempre están dispuestos a ayudar, facilitando nuestro trabajo técnico y logrando que cada vez que nos reunimos nos sintamos literalmente como en casa. Esa calidez y ese apoyo institucional constante no solo facilitan el consenso científico, sino que hacen que nuestra labor de protección de la salud pública sea mucho más sólida y gratificante.

¿Crees que se conoce suficientemente la labor que realiza el Comité Científico a nivel de la ciudadanía? ¿Consideras que hay alguna parte del trabajo del Comité Científico que la ciudadanía desconoce más y debería conocer mejor?

Sinceramente, creo que la labor del Comité Científico es la gran desconocida, y es fundamental que la ciudadanía entienda que detrás de este Comité, hay un equipo multidisciplinar que analiza la ciencia más puntera para que España tenga uno de los sistemas alimentarios más seguros del mundo.

¿Crees que los informes del Comité tienen suficiente repercusión a nivel académico o profesional?

A pesar de la altísima calidad técnica de los informes, creo que todavía existe una brecha importante entre el trabajo del Comité y su impacto real en el ámbito académico y profesional.

A nivel académico, los informes del Comité Científico de la AESAN deberían ser materiales de estudio. Son ejemplos perfectos de cómo se realiza una evaluación de riesgos real, integrando toxicología, exposición y epidemiología. Sin embargo, muchas veces la academia vive volcada en la publicación de artículos en revistas internacionales y se olvida de consultar y citar estos informes.

A nivel profesional, ocurre algo similar. Muchas y muchos profesionales desconocen que tienen a su disposición evaluaciones exhaustivas realizadas por científicos de referencia sobre nutrición y seguridad alimentaria. Estos informes no solo son útiles, sino que proporcionan la base científica necesaria para que un profesional pueda justificar decisiones técnicas o dar consejos de salud basados en evidencias sólidas y no en tendencias.

Falta esa "correa de transmisión" que conecte nuestro trabajo con las aulas, los profesionales de la salud y las empresas. Necesitamos que el profesional sienta que el Comité es su aliado técnico y que sus informes son la herramienta más fiable para garantizar la seguridad del consumidor.

¿Te has sentido libre de expresar tu opinión como experta en el Comité?

Totalmente. Si algo caracteriza al Comité Científico de la AESAN es, precisamente, la libertad absoluta y la independencia con la que trabajamos. Desde el primer día, me he sentido escuchada y respetada como experta, sin ningún tipo de presión externa o institucional que condicione mis conclusiones.

En el Comité no se busca el pensamiento único; al contrario, se fomenta el debate técnico. Como especialista en una línea tan sensible y compleja como los disruptores endocrinos, es vital poder expresar las evidencias científicas con rigor, por muy incómodas que puedan ser a veces para ciertos sectores. Lo que prevalece siempre es la ciencia. Cada informe es el resultado de una discusión abierta entre compañeros de distintas áreas, donde la única prioridad es la protección de la salud pública.

Esa sensación de "sentirse en casa", que mencionaba antes, nace precisamente de ahí: de un entorno de confianza donde la opinión experta es el único motor de nuestras decisiones. Trabajar con la tranquilidad de que tu criterio científico es lo que realmente importa es lo que da sentido a nuestra labor en el Comité.



¿Te has sentido respaldada por la AESAN para ejercer tu misión como evaluadora de los riesgos alimentarios?

Absolutamente. El respaldo de la AESAN ha sido total y constante desde que entré a formar parte del Comité. Como evaluadora, es fundamental sentir que detrás de tu criterio técnico hay una institución sólida que no solo respeta tus conclusiones, sino que te proporciona todos los medios necesarios para que ese trabajo sea riguroso.

Ese respaldo se traduce en una confianza plena en nuestra independencia. Nunca he sentido que mi labor de investigación o mis opiniones sobre riesgos complejos se vieran limitadas. Al contrario, la AESAN actúa como una facilitadora, permitiendo que nos centremos exclusivamente en la evidencia científica. Además, como comentaba antes, el trato humano, el apoyo científico-técnico y la disposición del personal dedicado a evaluación de riesgos de la Agencia hacen que el trabajo sea mucho más fluido; te sientes respaldada técnicamente, lo cual es vital cuando tienes la responsabilidad de evaluar riesgos que afectan directamente a la salud de millones de personas.

Sentirse apoyada de esta manera es lo que te permite ejercer la misión de evaluadora con la libertad y la seguridad necesarias para anteponer siempre la protección del consumidor por encima de cualquier otro interés.

Sentirse apoyada de esta manera es lo que te permite ejercer la misión de evaluadora con la libertad y la seguridad necesarias para anteponer siempre la protección del consumidor por encima de cualquier otro interés

¿Qué decisiones, informes o debates del Comité creéis que han marcado un antes y un después en la evaluación de riesgos alimentarios y en la nutrición en España?

Desde que estoy en el Comité hay varias temas que han llevado a una discusión especial. Entre ellos está los informes que hablan del impacto del cambio climático en la seguridad alimentaria. Este enfoque nos ha permitido dejar de mirar el pasado para empezar a modelar el futuro, entendiendo que la seguridad

alimentaria ya no puede desvincularse de la salud del planeta. En el ámbito de la nutrición, el informe sobre recomendaciones dietéticas saludables y sostenibles. Por primera vez, se tiene en cuenta no solo lo que es saludable para el cuerpo, sino qué es sostenible para el medio ambiente. Es una guía pionera que integra la salud humana con la salud planetaria, alineándonos con los objetivos internacionales y ofreciendo a la población española una hoja de ruta clara para una alimentación que cuide de nosotros y del entorno que nos rodea.

