



Cinco preguntas a...

En América

Tribuna

Salud alimentaria

Unión Europea

 Seguir a @Eupharlaw


## Cinco preguntas a ..

"Cinco preguntas a..." consiste en un breve cuestionario a ciudadanos y a figuras relevantes del sector Salud en el ámbito nacional e internacional.

### Shigemi Hikino, directora general de EupharJapan y vocal de Nutrición del Foro IbercisaSalud



Shigemi Hikino

**1- Acaba de participar, como Vocal de nutrición del Foro Iberoamericano Ciudadanos y Salud, en el congreso gastronómico "Gusto in Scena" celebrado en Venecia del 17 al 19 de marzo. ¿Qué nos puede contar?**

La participación del Foro Iberoamericano Ciudadanos y Salud se pensó como iniciativa vanguardista en un congreso de este tipo, porque une el placer de comer con la salud. Los cocineros buscan normalmente el buen sabor de los platos, pero no siempre prestan atención a la nutrición. Los nutricionistas, en cambio, se dedican a confeccionar menús saludables y no siempre piensan en el placer de comer. Es que en este mundo todo tiene que tener su equilibrio y, por eso, es un intento muy positivo.

**2- ¿Cuál ha sido su experiencia estudiando el Diploma superior de Alimentación, Nutrición y Salud Pública, de la**

#### **Escuela Nacional de Sanidad?**

Ante todo he disfrutado del curso, y el diploma me ha proporcionado mucha formación y seguridad. Además me ha dado nuevas oportunidades de trabajo. El diploma no es el fin, sino un medio estupendo para que te abra puertas en el camino. Me ha proporcionado además una visión amplia sobre el campo de Alimentación, Nutrición y Salud Pública.

**3- ¿Cómo crear hábitos saludables de alimentación?**

Los hábitos se crean en casa y es difícil cambiarlos luego. Además influye mucho a la salud de uno cómo se ha alimentado cuando era niño. Por eso es fundamental la educación sobre alimentación y nutrición de los niños para la salud. También es indispensable que la gente tenga la información necesaria sobre la alimentación y los alimentos. No debemos dejarnos llevar por la publicidad. Tenemos que saber todo sobre lo que comemos.

**4-En esta época primaveral florecen, como todos los años, muchos tipos de dieta: vegetariana, macrobiótica, microbiótica, etc. ¿Qué opinas sobre este tipo de dietas?**

Cualquier dieta pensada en relación con la salud será buena si uno la conoce bien con sus beneficios y defectos, y se la aplica sensatamente. Pero cualquiera es peligrosa si uno se vuelve fanático con alguna dieta y pierde la visión general, porque puede crearse un trastorno de alimentación o alguna deficiencia de los nutrientes. Abundan las dietas muy especiales hoy en día, y se ve mucha frivolidad, inseguridad o negocio junto a ellas. Una no se puede hacer vegetariana porque una actriz famosa lo es. O no puede seguir dieta cruda, por ejemplo, sólo porque alguien se la ha recomendado. Tampoco hay que tragarse toda la publicidad. Lo más importante es: Primero, conocerse a sí mismo, el metabolismo, las necesidades o el estado de salud. Luego saber todo sobre la dieta: qué características tiene, qué ventaja y desventaja nos trae. Nunca perder una actitud flexible y abierta para la alimentación y pensar lo que nos conviene.

## 5-¿Cómo podría mejorarse la información terapéutica de los ciudadanos?

Los profesionales tienen que dar toda la información necesaria a los ciudadanos en el lenguaje que entendamos todos, poniéndose en lugar de quien no tiene conocimiento. Pero para mí, primero es la conciencia de los ciudadanos. Nosotros tenemos que saber y obtener información adecuada y necesaria sobre medicamentos, alimentación, productos de todos tipo... Todo lo que necesitamos en esta vida. Nunca debemos decir que nos ha pasado esto u otro porque no lo sabíamos. Tenemos el derecho a la información pero eso quiere decir que tenemos el deber de tener la información. Somos responsables de nosotros mismos, de nuestra salud, de la vida cotidiana y de todo lo que nos concierne. Tengamos esta conciencia de derecho y deber sobre la información, cada uno como profesional y como ciudadano.

**Shigemi Hikino:** Directora General de EupharJapan perteneciente a European Pharmaceutical Law Group (Eupharlaw). Vocal de Nutrición del Foro Iberoamericano Ciudadanos y Salud. Diplomada en la Escuela Nacional de Sanidad de España (Diploma Superior de Alimentación, Nutrición y Salud Pública). Directora General del Restaurante Japonés Robata (Madrid) desde el año 1999 al 2010. Licenciada en Estudios Hispánicos en la Universidad Nanzan de Nagoya (Japón). Licenciada en Filología Hispánica por la Universidad de Complutense de Madrid (España).



## Jurídico

[Ley 7/2012, de 26 de diciembre, de Presupuestos Generales de la Comunidad de Madrid para el año 2013.](#)

[Resolución de 19 de febrero de 2013, de la Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios, por la que se crea la sede electrónica de la Agencia Estatal «Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios».](#)

[Borrador de Decreto por el que se regulan los requisitos de acreditación de las Sociedades de profesionales sanitarios de Atención Primaria de la Comunidad de Madrid presentado por la Consejería ayer](#)

[El TJUE declara contrario al Derecho de la Unión la normativa que impide al juez suspender una ejecución hipotecaria en marcha cuando debe conocer si hay cláusula abusiva](#)

## ➤ El Mundo

### Un 'supermercado' de servicios sanitarios de pago en los centros de salud

Madrid.- Con la privatización de la gestión del 10% de los ambulatorios, se podrán ofertar otras prestaciones que pagarán los pacientes. Los usuarios de 27 centros de salud de la región podrán hacerse una limpieza bucal o un masaje terapéutico, previo pago de la tarifa marcada por el colegio profesional correspondiente, sin necesidad de salir de las instalaciones. La Consejería de Sanidad trabaja en la legislación para regular la privatización de la gestión del 10% de los ambulatorios de la región, que, además de prestar los básicos, tendrán la opción de ampliar su cartera de servicios «siempre y cuando sean referidos a la atención primaria». [Sigue]

**En El País:** [Sanidad privatizará solo 4 de los 27 centros de salud por falta de ofertas](#)