



European Pharmaceutical Law Group

I Jornadas de Agrodiversidad y Salud

El viernes 28 de mayo, coincidiendo con el Día Mundial de la Nutrición, el departamento de Nutrición y Bromatología II de la Facultad de Farmacia en la Universidad Complutense de Madrid organizó las I Jornadas de Agrodiversidad y Salud, con el objetivo de aumentar el conocimiento sobre los recursos fitogenéticos disponibles, como fuente de compuestos de interés para mantener y mejorar nuestra salud a través de una alimentación variada y equilibrada. También se quiso estudiar los distintos factores socioeconómicos que condicionan su utilización.

Tras la inauguración de las Jornadas, realizada por Rafael Lozano, decano de la Facultad de Farmacia, M^a Carmen Díez, catedrática del Departamento, presentó a los ponentes.

El doctor Luis Navarro abrió las Jornadas con la ponencia "Importancia del conocimiento de los recursos fitogenéticos. Caso de los cítricos". Señaló que en España los cítricos son el principal frutal de consumo con 330.000 hectáreas cultivadas y 6´3 millones de toneladas producidas. Somos el cuarto país productor a nivel mundial con una exportación del 50 por ciento. El origen de los cítricos lo encontramos en China, Asia e Indonesia, en los frutos del mandarino (*Citrus reticulata*), el cidro (*Citrus medica*) y de la zamboa (*Citrus grandis*) que, por hibridación y mutación, han ido originando las especies que hoy consumimos; clementinas, naranjas dulces, limones... en sus distintas variedades.

En los recursos fitogenéticos se basa la supervivencia del hombre, y tenemos que conservarlos, porque están en riesgo de desaparición: son limitados. Así, es importante la conservación in situ del exoplasma. Las distintas enfermedades bacterianadas, víricas y fúngicas amenazan a los frutales y gracias a la biotecnología podemos conservar los recursos fitogenéticos y, de manera secundaria, el comercio. Mediante la técnica de microinjertos de ápices caulinares in vitro se ha conseguido tener una gran colección de germoplasma variado y sano que nos permite la conservación de dichos recursos fitogenéticos. Además, con estas técnicas se pueden atender las exigencias del consumidor para favorecer su consumo consiguiendo, por ejemplo, variedades sin semillas, fáciles de pelar o que maduren en una época determinada. Es decir, la biotecnología es necesaria para la supervivencia humana y vegetal.

Piedad Coscolla, representante de ANESCOOP abordó los "Aspectos socioeconómicos. Comercialización de productos hortofrutícolas", señalando que para poder competir en el mercado mundial, en España se han creado cooperativas de segundo grado; o lo que es igual, asociaciones de cooperativas, como es el caso de ANECOOP. Estas empresas pretenden asegurar la disponibilidad de distintos productos hortofrutícolas, garantizando en todo momento la calidad y la seguridad alimentaria de todos sus productos. El desarrollo de estas organizaciones requiere una inversión en investigación y desarrollo, pero también en marketing, entre otros muchos campos.

La necesidad de ajustarse en todo momento al mercado implica la utilización de la Ciencia para conseguir satisfacer al cliente. ANECOOP fue la primera empresa en producir SANDÍAS BOUQUET, sin pepitas, y ahora tienen cuatro tipos más (rayada-roja-grande, rayada-roja-pequeña, rayada-amarilla-grande y negra-roja-grande) además de otros nuevos productos como son el PIMIENTO KAPPYA, extra-dulce para consumo crudo, el TOMATE CORAZÓN DE BUEY, de olor y sabor intensos y la MANDARINA CLEMENSON, disponible en septiembre, fuera de la temporada habitual.

Pero la innovación por sí sola es insuficiente y, desde esta empresa, se llevan a cabo campañas de educación nutricional a la vez que se dan a conocer sus productos, como es el caso de acciones educativas en colegios de la Comunidad Valenciana. Para incentivar el consumo de frutas en niños, recurren a personajes del deporte, juegos y otro tipo de actividades que ayudan a concienciar a padres y pequeños de la importancia del consumo habitual de frutas y verduras. De la misma manera intentan estar presentes en eventos deportivos y dar a probar sus productos a la población para posicionarlos en el mercado y favorecer hábitos de vida saludables.

Con el fin de concienciarnos de la “Importancia para la salud del consumo de frutas y hortalizas” intervino el doctor Gregorio Varela Moreiras, de la Universidad CEU San Pablo, de Madrid. Indicó que todo alimento está compuesto por una fracción nutritiva, bastante bien conocida, y por una fracción no nutritiva, muy poco conocida. Esta última es la responsable de gran parte de los beneficios de frutas y hortalizas, debida a antioxidantes y sustancias bioactivas.

Se detuvo en otros aspectos, relacionados con nuestros antepasados: hoy en día ingerimos entre 5 y 10 veces menos de fibra, 3 y 4 veces más de grasa (5 y 10 veces menos de omega 3 y antioxidantes, 5 y 10 veces más de omega 6), 3 veces más de potasio y 10 y 20 veces menos de sodio. Nuestra salud se resiente y hay que intentar ajustarse a los patrones nutricionales más saludables.

Mediante estudios científicos sólo se han estudiado las dietas de tipo anglosajón, vegetariana, semi-vegetariana, mediterránea y nórdica. Se ha comprobado que los patrones nutricionales en Europa mejoran rápidamente en la zona Norte y empeoran rápido en la zona Este. Y un poco más lentamente en la zona Sur (dentro estaría España).

Todo esto se traduce en el abandono en España de unos hábitos alimentarios mediterráneos que previenen las enfermedades cardiovasculares y protegen frente algunos tipos de cáncer. En el Norte de Europa están incorporando pautas saludables entre las que se encuentran el consumo de frutas y hortalizas.

El consumo de cinco frutas y verduras diarias, de unos 600 gramos, proporciona sobre todo agua, gran variedad de minerales, vitaminas, antioxidantes y sustancias bioactivas, aportando poca proteína y grasa (excepto el coco y el aguacate). Aunque por sí solas no se puede afirmar que protejan de enfermedades cardiovasculares o cáncer, su consumo se asocia a hábitos de vida saludables (realización de ejercicio físico, consumo de aceite de oliva...) que, en conjunto, sí se asocian a una disminución de riesgo de las citadas patologías. Por tanto, mediante la educación poblacional hay que incitar al consumo de una dieta mediterránea, basada en cereales integrales, frutas, verduras, aceite de oliva, pescado –todos los productos poco cocinados: plancha, vapor o incluso crudo–, y una actividad física adecuada a la edad.

La doctora Montaña Cámara, explicó el “Papel de la Fundación Sabor y Salud en la promoción del consumo de frutas y hortalizas” en la última ponencia de la mañana. Incidiría en las jornadas, organizadas por la Fundación sabor y Salud, en el trabajo del Departamento de Nutrición y Bromatología II de la UCM; especificando que el papel de esta entidad es dar a conocer al público en general la importancia que las frutas y verduras tienen en nuestras vidas, enseñándonos hábitos de vida saludables. Con este fin, además de estas jornadas, realizan actividades como educación en colegios, degustación en supermercados, creación de carteles informativos o publicación de libros.

Después se debatió la importancia que tiene no desprestigiar a la Agricultura tradicional frente a la ecológica, para favorecer una alimentación sana; puesto que para alimentar a toda la población y conseguir unos precios populares, es imprescindible recurrir a la agricultura tradicional y emplear todos los recursos científicos posibles.

Agricultura extensiva no es sinónimo de daño ambiental. De la misma manera Agricultura ecológica no es igual a cuidado del medio ambiente (aunque así debiera ser); al no utilizar sustancias químicas: emplea sustancias naturales –con las mismas sustancias químicas en cantidades no definidas–, que empleadas en cantidades inadecuadas pueden ser también perjudiciales para el medio ambiente.

Respecto a las cualidades nutricionales de los productos ecológicos no existe ningún estudio científico que demuestre una mayor calidad nutricional. Es importante fijarse en el empleo de pesticidas, recordando que no todos están permitidos. Por tanto, la opción ecológica hay que respetarla y valorar su papel en ciertas zonas de la costa mediterránea; pero siempre sin perjudicar injustificadamente a la opción tradicional.

Ana Torres Guerrero (farmacéutica)