



Informe de Actividades

Primer Cuatrimestre 2025



Fundación Española de la Nutrición



Informe de Actividades

Primer Cuatrimestre 2025



Actividades

Primer Cuatrimestre 2025

Calidad
PASCUAL

Bióticos (reunión
FEN/PACUAL)

Atrevia-
Pastas **GALLO**

Informe caldos.

Angulas
AGUINAGA

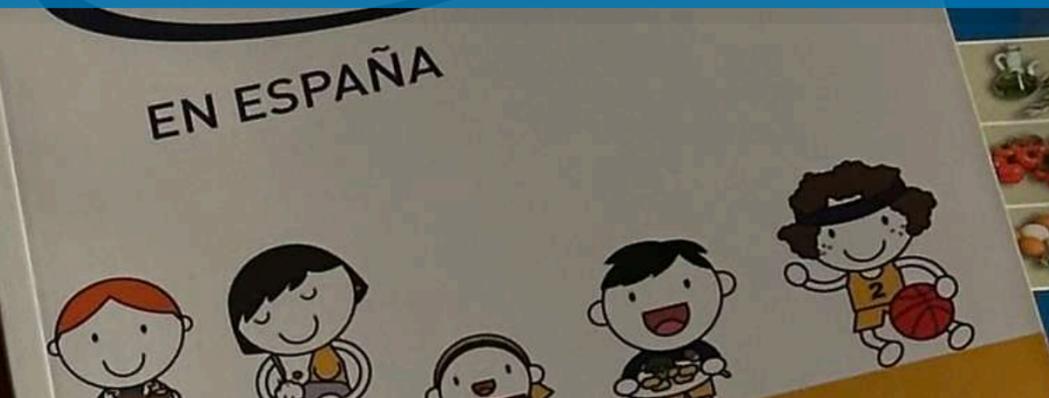
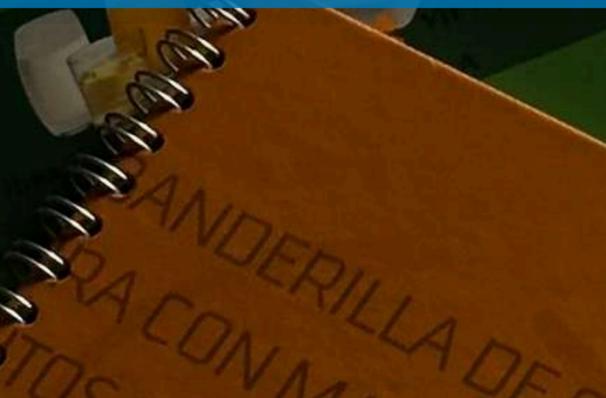
Infografía OMEGA-3.

**LACTALIS-
PULEVA**

paper raciones.

**SECRETARÍA
SEÑ**

Labores y asistencia
reunión JD.



ación nutricional
onas mayores



BERGÉ

Charla.

Colegio RAMÓN Y CAJAL

Educación especial Getafe.

Colegio MARIA SORIANO

Educación especial.

Proyecto "MONSTER GROWER"

Participación en el proyecto y cuento "Milo y el secreto de las Frutas".





Posicionamiento
GOOGLE FEN

Reunión.

Participación
**SPAIN
GASTRONOMY
CONFERENCE**

Creación de infografía.

Informe
DANONE

Informe recomendación
ingesta de 2L de agua al día.

CASA FERMÍN

Menú.



01

Asistencia presentación resultados **OPROMAR**.

02

Asistencia Jornada Grande **Covián**.

03

Reuniones con **FINUT**.

04

Organización y coordinación **DND 2025** (Colegio EEUU de América).

05

Presentación cuento **ZESPRI** "Milo y el secreto de las frutas".



Asistencia y participación en eventos

05



06

Participación Estrategia Nacional de Alimentación, Evento **Puleva-Lactalis**, evento **Atrevia-Gallo** Barcelona.

07

Presentación del informe sobre etiquetado **FEN-Gallo** (entrevistas en prensa/tv/radio).

08

Comunicación científica: Impacto en la reformulación de alimentos y bebidas en la dieta diaria.

09

Spain Gastronomy Conference
(2 ponencias)

- Estudio sobre el uso y la interpretación del etiquetado.
- Beneficios del consumo de pescado: especies altamente migratorias.



Presencia en medios



Radio y TV



Entrevistas



PRENSA

ESTRATEGIA NACIONAL DE ALIMENTACIÓN



Estrategia Nacional de Alimentación

La Fundación Española de la Nutrición (FEN) interviene como ponente en el acto de presentación de la ***Estrategia Nacional de Alimentación*** presentada por el ministro de agricultura, pesca y alimentación. Se celebró en La Vega Innova (Madrid), y contó con la participación del presidente del Gobierno, Pedro Sánchez y del ministro de Agricultura, Luis Planas. El director de industrias alimentarias, José Miguel Herrero, moderó el acto.

Enlace

Rosaura Leis





Día Nacional del Desayuno

La **Fundación Española de la Nutrición (FEN)** celebró una nueva edición del ***Día Nacional del Desayuno*** con el objetivo de reforzar la importancia del desayuno, especialmente en niños, niñas y adolescentes, y favorecer su rendimiento en el aula y su adecuado desarrollo. Durante el encuentro, se destacó la necesidad de incluir los 4 grupos de alimentos en esta primera comida del día, como lo son las frutas, lácteos, cereales y otro (huevos, grasas como el AOVE, pavo...) esenciales para una alimentación equilibrada.



Instituto Puleva de Nutrición y la UGR* entregan galardones a jóvenes investigadores

Entrega de premios a jóvenes investigadores por parte del **Instituto Puleva de Nutrición** y la ***Universidad de Granada**, reconociendo los avances en investigación nutricional.

Rosaura Leis

[Enlace](#)





Distinción a Gregorio Varela Moreiras

Junto a los premios a jóvenes investigadores, el evento también ha rendido homenaje al **Prof. Gregorio Varela Moreiras**, galardonado con la Distinción de Honor por su dilatada trayectoria en el campo de la nutrición. Varela Moreiras es un referente internacional en la disciplina, con más de 250 artículos científicos publicados y una labor incansable en la promoción del conocimiento nutricional.

[Enlace](#)

Gregorio Varela Moreiras





Zespri promueve hábitos saludables entre los más pequeños

Zespri promueve la adopción de hábitos alimentarios saludables en los niños, destacando la importancia de la educación nutricional desde edades tempranas, lanzando un libro infantil *'Milo y el secreto de las frutas'*.

[Enlace](#)[Enlace](#)

José Manuel Ávila Torres

Dieta Mediterránea en España

● **Entrevista:** Los españoles se alejan de la dieta mediterránea pese a riesgo de obesidad.

[Enlace](#)

● El consumo de productos de dieta mediterránea se desploma en España en un siglo.

[Enlace](#)

● **Entrevista:** Si el abandono de la dieta mediterránea continua, nuestros hijos vivirán menos.

[Enlace](#)

● **Entrevista:** ¿Adiós a la dieta mediterránea?

[Enlace](#)

[Enlace](#)

Rosaura Leis





"España "tiene la fortuna de estar bañado por el océano atlántico y el mar mediterráneo, con dos patrones alimentarios tradicionales que han demostrado ser saludables para el individuo y sostenibles para el medioambiente".

Rosaura Leis



Prohibición de bebidas azucaradas y energéticas en colegios

Sobre esta problemática, **José Manuel Ávila**, director de la **Fundación Española de la Nutrición (FEN)**, compartió su punto de vista en una reciente entrevista el pasado 4 de marzo en el podcast "Herrera en Cope". Destacó que, hace más de 50 años, las personas con obesidad que consumían alrededor de 4.000 kcal diarias eran prácticamente inexistentes, mientras que hoy en día esta cifra ha aumentado de manera alarmante. Esto, según Ávila, refleja un estilo de vida cada vez más sedentario y una alimentación con un exceso de calorías frente al gasto energético real.

[Enlace](#)

José Manuel Ávila Torres



"Hay un preocupante cambio en los hábitos alimentarios: a pesar de que España es cuna de la dieta mediterránea, su aplicación ha caído en desuso. En los últimos años, el consumo de legumbres ha disminuido en un 70% desde los años 60, al igual que el aceite de oliva virgen extra (AOVE), mientras que han aumentado la ingesta de proteínas de origen animal y azúcares refinados".

José Manuel Ávila Torres

Estudio sobre el uso y la Interpretación del Etiquetado de Alimentos

Se presentó el *I Estudio sobre el Uso y la Interpretación del Etiquetado de Alimentos* desarrollado por la **Fundación Española de la Nutrición** a propuesta del **Grupo Gallo**. La investigación se llevó a cabo entre noviembre y diciembre de 2024, con una muestra de 4.640 personas de entre 18 y más de 70 años de las 17 Comunidades Autónomas.

Rosaura Leis

[Enlace](#)



Entrevista programa "Conexión Aragón"

En la entrevista, **José Manuel Ávila Torres**, argumenta que nueve de cada diez españoles se muestran preocupados por sus hábitos alimentarios. Sin embargo, siete de cada diez admiten que no leen las etiquetas de manera habitual.

José Manuel Ávila Torres

[Enlace](#)

CADA 10 ARAGONESES NO LEEN LAS ETIQUETAS HABITUALMENTE



➤ SOPA DE LETRAS
DE LUNES A VIERNES
21:50

Entrevista programa "Aquí y Ahora"

La presidenta de la **Fundación Española de la Nutrición**, **Rosaura Leis** expone la importancia de la correcta lectura y comprensión del etiquetado de alimentos para la salud de los españoles.

Rosaura Leis

[Enlace](#)



ROSAURA LEIS PDTA. FUNDACIÓN ESPAÑOLA DE NUTRICIÓN

MADRID DIRECTO

ETIQUETADO DE ALIMENTOS DIFÍCIL DE LEER

OCHO DE CADA DIEZ ESPAÑOLES NO ENTIENDE BIEN LAS ETIQUETAS DE LOS PRODUCTOS DE ALIMENTACIÓN



Entrevista Programa de Radio Onda Cero “Más de Uno”

Rosaura Leis, presidenta de la **Fundación Española de la Nutrición** abordó la importancia de fomentar una adecuada elección de alimentos en los niños desde edades tempranas. Destacó la relevancia del uso e interpretación del etiquetado de alimentos como herramienta fundamental para que padres y educadores puedan tomar decisiones informadas. Además, habló sobre la alimentación escolar y mencionó la reciente aprobación de una nueva ley en España que establece como requisito mínimo la inclusión de cinco comidas saludables en los menús escolares, con el objetivo de promover hábitos más equilibrados en la infancia.

[Enlace](#)[Rosaura Leis](#)

Spain Gastronomy Conference

La **FEN** ha participado formando parte del Comité Científico y ha presentado dos ponencias: "**Estudio sobre el Uso y la Interpretación del Etiquetado de Alimentos**" y "**Beneficios del consumo de pescado: especies altamente migratorias**" junto a una comunicación científica valorando el cambio que está suponiendo la reformulación de alimentos en la ingesta de energía y nutrientes en la población española.

José Manuel Ávila Torres

[Enlace](#)



OMEGA 3 Y SU IMPORTANCIA EN LA SALUD



1 ¿QUÉ SON LOS OMEGA-3 (W-3)?

Son ácidos grasos poliinsaturados (AGPI) de cadena larga. El ácido alfa-linolénico (ALA) y sus derivados poliinsaturados (EPA y DHA) constituyen los ácidos grasos denominados comúnmente "**omega-3**", que favorecen el aumento de las lipoproteínas de alta densidad (HDL).

FUENTES DE OMEGA-3

-  Pescados grasos o azules (sardina, anguila, salmón, atún, caballa...) y, aunque en menor cantidad, pescados blancos y mariscos.
-  Aceites vegetales (de soja, de germen de trigo...)
-  Frutos secos (nuez sin cáscara)

2 BENEFICIOS PARA LA SALUD

♥ Función cardiovascular

- Reducción de triglicéridos
- Incremento del HDL-c
- Disminución de la presión arterial
- Asociado a un menor riesgo de cardiopatía coronaria
- Disminución del riesgo de algunas patologías cerebrales.

Propiedades antiinflamatorias

Función neurológica

- Favorecen el desarrollo cerebral y la función cognitiva

Función visual

- Prevención de la degeneración macular
- Desarrollo de la retina

Elaboración de Infografía "Omega 3 y su Importancia en la Salud"

Se ha llevado a cabo un informe sobre la importancia de los ácidos grasos **omega 3** por parte de la FEN.



I Estudio sobre el Uso y la Interpretación del Etiquetado de Alimentos

* Estudio elaborado por la Fundación Española de la Nutrición (FEN) a propuesta de Gallo.



GALLO



GALLO