



COMUNICADO DE PRENSA

LA DIABETES: UN MAR DE MITOS ALIMENTARIOS

- El 24 de noviembre se celebra el Día Mundial del Dietista-Nutricionista con el lema “#CeroDIABETES”
- El Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas de Illes Balears CODNIB organiza actividades encaminadas a aclarar los mitos alimentarios en torno a la Diabetes.
- En Baleares el 7% de las mujeres de Baleares están diagnosticadas de Diabetes

Palma 20 de noviembre de 2015. El próximo martes 24 de noviembre se celebra el Día Mundial del Dietista-Nutricionista (DMDN) que este año tiene el lema “#CeroDIABETES”. El DMDN se establece para dar a conocer con más fuerza la figura del Dietista-Nutricionista y facilitar a las personas sanas y enfermas el seguimiento de buenas prácticas alimentarias que les ayude a mantener un buen estado de salud.

La diabetes es un grave problema global que mata a casi 4 millones de personas, además el 50% de todas las personas con diabetes no son conscientes de su enfermedad y en algunos países esta cifra se eleva al 80%.

Según la Encuesta de Salud de Illes Balears 2007 el 7.1% de las mujeres y el 8.4% de Baleares mayores de 30 años están diagnosticados de diabetes, mientras que en el total de la población balear mayor de 18 años se halla en el 5,2%. En España, según datos de CIBERDEM, más de 5,3 millones de personas sufren diabetes tipo 2 (cerca del 14% de la población) y de ellas, prácticamente 2,3 millones ni siquiera sabe que tiene la enfermedad.

Todo un mar de mitos alimentarios

Las falsas creencias sobre la alimentación y la diabetes llevan a los afectados a tomar decisiones erróneas y a veces poco seguras, que repercuten de forma negativa en su salud. En

las conferencias que se desarrollarán en todo el país se irán desmitificando los más comunes como por ejemplo que las personas con diabetes no pueden tomar uvas o melón y otras frutas y verduras, ni patatas ni arroz, o que los alimentos procesados como bollería apta para diabéticos se pueden tomar sin problemas y sin considerar la ración o la frecuencia, que las bebidas alcohólicas no son perjudiciales o que la miel es mejor que el azúcar.

Todos estos mitos, en torno a los cuales a veces los propios profesionales sanitarios tienen dudas, hacen difícil el manejo individual de la diabetes, suponiendo un estrés a las personas afectadas que pueden elevar el riesgo de sufrir las consecuencias de los problemas asociados a la diabetes como la retinopatía o la enfermedad renal crónica.

El dietista-nutricionista, un profesional clave en el manejo de la diabetes.

El dietista-nutricionista es un profesional sanitario que desarrolla actividades orientadas a la alimentación tanto de personas individuales como de colectivos, sanas o enfermas, de acuerdo con la deontología profesional y los principios de prevención y salud pública. Sin embargo el dietista-nutricionista no es alguien que vende hierbas, complementos o preparados de proteínas para adelgazar, o se dedica a la estética.

Un estilo de vida saludable puede prevenir hasta el 70% de la diabetes tipo 2 y una dieta saludable puede ayudar a reducir el riesgo asociado tanto a la diabetes tipo 2 como la de tipo 1 o insulino dependiente.

El dietista-nutricionista puede ayudar a prevenir la diabetes y a controlar sus efectos de un modo coste eficiente tanto en atención primaria como en la especializada, además de actuar en diversos ámbitos como la salud pública, la investigación, la restauración colectiva, el deporte, etc.

El CODNIB ha presentado a la Conselleria de Salud un plan de mejora de la sanidad de Baleares que incluye la incorporación del dietista-nutricionista a atención primaria, lo que sin duda contribuirá a mejorar el manejo de la diabetes en nuestra comunidad. La Conselleria se ha comprometido a crear la categoría profesional y dotar de plazas públicas el Servicio de Salud de Baleares.

Actividades en Baleares en el DMDN2015 - #CeroDIABETES

El Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas de Illes Balears CODNIB tiene previsto para este día las siguientes actividades:

- Junto con al Asociación ADIBA y la colaboración del Centro Cultural Sa Nostra – BMN, el CODNIB organiza una sesión divulgativa a cargo de Elena Muñoz en el Centro Cultural “Sa Nostra” de Palma - Concepción 12 a las 18.00h
- Pegada de carteles en hospitales y centros de salud.
- Consultas gratuitas para personas con diabetes en centros dados de alta en la web del DMDN2015. <http://diamundialdietistanutricionista.org/>

- Publicación el 24 de noviembre del video promocional #ceroDIABETES en <http://www.codnib.es/>
- Acciones de divulgación en redes sociales a las que solicitamos el apoyo de los ciudadanos para incrementar la sensibilidad ante la importancia del dietista-nutricionista como profesional sanitario para el manejo de la diabetes.



Para más información, contacte con María Colomer o Elena Muñoz en info@codnib

CODNIB.

Enric Alzamora 6, 3º-4ª. 07002. Palma de Mallorca. www.codnib.es

EL Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas de Illes Balears es una Corporación de derecho público que agrupa al colectivo de Dietistas-Nutricionistas colegiados en nuestra Comunidad al amparo de la Ley 4/2007, de 28 de marzo, de creación del Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas de Illes Balears. CODNIB tiene como objetivos organizar y ordenar la profesión, así como velar por la salud de la ciudadanía en aquellas prestaciones sanitarias relacionadas con la alimentación, nutrición y dietética, en congruencia con los intereses generales de la sociedad.