

COMPREHENSIVE PREVENTION OF NON-COMMUNICABLE DISEASES
WHO Project for a World Strategy on Diet, Exercise and Health

Spain's comments

Firstly, Spain welcomes the initiative to set in motion the World Strategy on Diet, Exercise and Health, which is coherently linked with an approximation to the comprehensive prevention of non-communicable diseases. From that perspective we wholeheartedly express our gratitude for having the chance to comment on the draft Who Project for a World Strategy on Diet, Exercise and Health, as decided at the recent Executive Committee meeting.

Spain congratulates the WHO Secretariat for the work it has done to date. As far as the scientific basis is concerned, while recognising that it may never be complete, we find that the strong existing evidence provides a firm basis for action. The recommendations in Technical Report WHO/FAO 916 are compatible with the Mediterranean diet, which features an abundance of plant products (fruit, vegetable, cereals, potatoes, nuts, etc.) - fresh or barely processed -, few products rich in refined sugars and red meats, olive oil as the main source of fat, an intake of cheese, yoghurt, chicken and fish in moderate amounts and wine consumed with meals. We must not overlook the fact that Mediterranean eating habits have traditionally been associated with being good for health and for quality of life such that there is a cultural basis which may make us susceptible to accepting the advisability of resuming a balanced intake, with a very varied diet.

Furthermore, the strategy indicates that the recommendations resulting from the consultations with experts (included in the report) should become national recommendations, which take into account the local health situation, as well as guidelines on diet.

We would just like to add to this point the need to stress the idea of not talking in terms of “good” and “bad” foods (provided they are safe), but rather of diets that are either suitable or not. It is essential to convey the importance of shaping healthy diets that are varied, rich in healthy foodstuffs and which maintain the balance between consumption and energy costs.

In Spain we are aware of the need to insist on the healthy ingredients of a balanced diet, thereby redressing the relative distancing from the Mediterranean dietary pattern that has taken place and the progressive increase in levels of sedentary living. These problems have led to a growing tendency to obesity over recent years, with figures for children that are among the highest in Europe. Given this situation, it is understandable why we in Spain are so convinced of the opportunity presented by the WHO strategy that we have opted to put into operation a comprehensive programme which takes on the challenge of fostering a more balanced diet, of tackling eating disorders and promoting exercise.

Although we acknowledge the importance of individual responsibility as regards life styles, we wish to highlight the fact that public health actions are crucial in the acquisition of healthy habits, particularly in children, who cannot decide for themselves. The same is true of the most disadvantaged socio-economic groups, who face economic, educational, environmental and socio-cultural barriers that make it difficult for them to choose healthier options.

Likewise, the need to create healthy environments must be stressed. In public health and health promotion, an appropriate balance is needed between restrictive measures and incentives. Spain considers that the WHO strategy provides such a balance, besides allowing Member States to adapt the recommended measures to the situation in each country.

Finally, Spain wishes to make known its availability to collaborate in future WHO work aimed at fostering a healthy diet, an increase in exercise levels and the acquisition of healthy lifestyles in order to prevent and control chronic diseases and promote the nation's health.

PREVENCIÓN INTEGRADA DE LAS ENFERMEDADES NO TRANSMISIBLES. Proyecto de la OMS de estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud.

Comentarios de España

En primer lugar, desde España aplaudimos la iniciativa de poner en marcha de la estrategia mundial sobre alimentación, actividad física y salud, articulada de forma coherente con la aproximación para la prevención integrada de las enfermedades no transmisibles. Desde esta perspectiva, no podemos más que expresar nuestra gratitud por la posibilidad de hacer comentarios al borrador del proyecto de la OMS de estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud, tal como se decidió en la reciente reunión del Consejo Ejecutivo.

España felicita a la Secretaría de la OMS por el trabajo desarrollado hasta ahora. Por lo que se refiere a la base científica, aún reconociendo que está nunca puede ser completa, encontramos que la fuerte evidencia existente constituye una base firme para la acción. Las recomendaciones contenidas en el informe técnico OMS/FAO 916 son compatibles con la dieta mediterránea, que se caracteriza por la abundancia de productos de origen vegetal (frutas, verduras, cereales, patatas, frutos secos, etc.) frescos o mínimamente procesados, la escasez de productos ricos en azúcares refinados y carnes rojas, la presencia del aceite de oliva como la principal fuente de grasa, la ingesta de queso, yogurt, pollo y pescado en cantidades moderadas y el consumo de vino en las comidas. No olvidemos que el patrón dietético mediterráneo ha sido tradicionalmente asociado con un perfil favorable para la salud y calidad de vida, por lo que existe una base cultural que nos puede hacer converger hacia la conveniencia de retomar una ingesta equilibrada, con una dieta muy variada.

Además, la estrategia indica que las recomendaciones de la consulta de expertos contenidas en el citado informe se deben convertir en recomendaciones nacionales que tengan en cuenta la situación sanitaria local y en directrices en materia de alimentación. Únicamente deseamos añadir en este punto la necesidad de insistir en la idea de no hablar de alimentos “buenos o malos” (siempre que sean seguros), sino de dietas más adecuadas o no. Es imprescindible transmitir la importancia de configurar dietas sanas: variadas, ricas en alimentos saludables y que mantengan el equilibrio entre consumo y gasto energético.

En España somos conscientes de la necesidad de insistir en los elementos saludables de una dieta equilibrada, corrigiendo el relativo alejamiento del patrón dietético mediterráneo y el aumento progresivo del nivel de sedentarismo, problemas que se han plasmado en una tendencia creciente de la prevalencia de obesidad durante los últimos años, con cifras que en población infantil se sitúan entre las más altas de Europa. Ante esta situación, podrá comprenderse que en España estamos tan convencidos de la oportunidad de la estrategia de la OMS, que hemos apostado por poner en marcha un programa integral que aborde el reto de promover una dieta más equilibrada, afrontar los trastornos de la conducta alimentaria y fomentar la actividad física. Aunque reconocemos la importancia de la responsabilidad individual en el terreno de los estilos de vida, queremos resaltar que las acciones de salud pública son imprescindibles para adquirir hábitos saludables, particularmente en los niños, que no pueden decidir por si mismos, y en los grupos socioeconómicos más desfavorecidos, que se enfrentan a barreras económicas, educativas, ambientales o socioculturales que les dificultan la elección de opciones más saludables. Asimismo, es necesario insistir en la necesidad de crear entornos saludables. En salud pública y promoción de la salud, se necesitan un equilibrio adecuado entre medidas restrictivas e incentivadoras. España encuentra que la estrategia de la OMS presenta este equilibrio, además de permitir a los Estados miembros que adapten las medidas recomendadas a la situación propia de cada país.

Para terminar, España quiere expresar su disponibilidad para colaborar en un futuro en los trabajos de la OMS para promover una dieta saludable, un incremento del nivel de actividad física y la adquisición de otros estilos de vida saludables para la prevención y el control de las enfermedades crónicas y la promoción de la salud de la población.