

# Manifiesto por una comunicación responsable en Alimentación y Salud

## ALIMENTACIÓN, SALUD Y NUTRICIÓN

Según reconoce la propia Organización Mundial de la Salud, **“La nutrición es uno de los pilares de la salud y el desarrollo. En personas de todas las edades una nutrición mejor permite reforzar el sistema inmunitario, contraer menos enfermedades y gozar de una salud más robusta. Los niños sanos aprenden mejor. La gente sana es más fuerte, más productiva y está en mejores condiciones de romper el ciclo de pobreza y desarrollar al máximo su potencial”**. Así, el consumo adecuado de alimentos y bebidas se configura como una necesidad básica para los individuos.

Tanto la propia OMS como otros organismos internacionales tales como la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA), la FAO o la OCDE han resaltado la importancia de seguir una alimentación variada, equilibrada y moderada, combinada con la práctica de actividad física regular, como un elemento fundamental de la buena salud de los ciudadanos. De la misma manera, la Estrategia NAOS -diseñada en 2005 por el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad e impulsada, en el ámbito empresarial, por la Federación Española de Industrias de la Alimentación y Bebidas (FIAB)-, reconoce que no existen alimentos buenos ni malos, sino dietas adecuadas o inadecuadas. Por lo tanto siempre debe contextualizarse el consumo de un alimento o bebida dentro de una alimentación y unos hábitos de vida determinados. Dichos hábitos de vida saludables son un factor más que, junto con otros como la genética o ambientales, influyen en la salud de las personas.

Es importante destacar que los alimentos y bebidas deben cumplir con una exhaustiva regulación para estar en el mercado, regulación que se complementa con los controles y autocontroles que lleva a cabo la industria asegurando unos altos niveles de seguridad y calidad alimentaria.

Además, el alimento es un producto que desde su origen y hasta que llega al consumidor pasa por un proceso de elaboración que implica su envasado, almacenamiento, manipulación, logística y cocinado para su consumo y su conservación; siempre bajo las más rigurosas normas de seguridad, calidad y buenas prácticas en cada una de las fases del proceso.

Por último, cabe destacar que nuestra alimentación y gastronomía son uno de los principales atributos que definen la imagen de España en todo el mundo.

## LA IMPORTANCIA DE LA INFORMACIÓN SOBRE ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN

En la actualidad, la información sobre alimentación y nutrición ocupa un destacado lugar en los medios de comunicación. Sobre todo si tenemos en cuenta que la alimentación es una de las principales fuentes para la creación de bulos y mitos, especialmente en Internet y las redes sociales.

De este modo, el papel del periodista cobra una gran importancia, dado que la información que difunde influye de forma directa en los hábitos de consumo de los ciudadanos, modificándolos sin que en la mayoría de los casos exista mediación de otros prescriptores (como sí sucede en las cuestiones médicas, donde los ciudadanos acuden por regla general a los profesionales de la salud). La desinformación en nutrición supone un riesgo para la salud, teniendo un coste social, económico y personal.

En la Declaración de Sevilla, aprobada por ANIS en 2007, ya se resaltaba especialmente la importancia del trabajo de los periodistas del ámbito de la salud, puesto que **“manejamos material sensible: la salud de las personas, algo que las hace vulnerables a los mensajes”**. Por ello, el documento destaca que quienes nos **“dedicamos a informar sobre salud y hábitos de vida saludable debemos ser conscientes de que la información que suministramos educa en salud, y que a partir de esas informaciones, los ciudadanos toman decisiones que les atañen”**.

Se trata de una responsabilidad que ha de ser compartida entre todos los agentes con potencial de influir en la opinión pública a la hora de mejorar la salud y los hábitos de vida de los ciudadanos: las Administraciones Públicas, la industria de Alimentación y Bebidas, las Organizaciones de Consumidores y ONGs, los Medios de Comunicación, los Organismos Científicos, Universidades, etc.

## DECÁLOGO POR UNA COMUNICACIÓN RESPONSABLE EN ALIMENTACIÓN Y SALUD

Este manifiesto ha sido elaborado y consensuado por un grupo destacado de profesionales -miembros de ANIS- expertos en información de salud, y que colaboran con destacados medios de comunicación, en el marco del encuentro monográfico “I Network ANIS-FIAB: por una comunicación responsable en alimentación y salud”. Dicho encuentro se enmarca dentro del convenio de colaboración firmado entre ANIS y la Federación Española de Industrias de la Alimentación y Bebidas (FIAB), y ha contado además con la participación de expertos de la industria, así como del Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente, y de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (dependiente del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad).

Estas son las principales conclusiones alcanzadas en dicho encuentro y que constituyen un compromiso con una información responsable, rigurosa y objetiva sobre alimentación y salud:

**1 INFORMACIÓN DE INTERÉS PÚBLICO.**  
Las noticias sobre alimentación y salud tienen una influencia directa en las decisiones de los ciudadanos y en sus hábitos de alimentación. En consecuencia, es nuestra responsabilidad ofrecer el máximo rigor, objetividad y evidencia científica como principios básicos que rijan nuestro trabajo.

**2 ALIMENTACIÓN, ESTILO DE VIDA Y SALUD.**  
La alimentación es un factor más, aunque muy relevante, dentro de lo que se define como un estilo de vida saludable. Cuando informamos sobre alimentación y salud, debemos tener en cuenta que no existen alimentos buenos ni malos, sino una dieta adecuada o inadecuada, y que ésta debe estar combinada con la práctica de una actividad física regular. Además, es importante señalar que, junto con la alimentación, existen otros factores importantes que influyen en la salud, como los ambientales o la predisposición genética.

### **3 COMUNICACIÓN DEL RIESGO ALIMENTARIO.**

Conviene diferenciar claramente lo que es una “alerta alimentaria”, con datos objetivos contrastables, de la “percepción subjetiva del riesgo alimentario” que ocasionalmente puedan tener los ciudadanos y evitar, en todo caso, alarmas innecesarias. Todas las crisis empiezan con una alerta previa por lo que conviene ser vigilantes y cautelosos al respecto de las mismas cuando se hacen públicas (por ej. evitando utilizar imágenes de productos supuestamente afectados que no se corresponden con los realmente retirados). Las crisis también se pueden prevenir divulgando estilos de vida saludables, con informaciones planificadas, contextualizándolas para que sean completas y no sólo recojan una parte.

### **4 UN PRODUCTO MUY REGULADO.**

Para que un alimento llegue a la mesa del consumidor debe cumplir con una compleja y exhaustiva legislación en materia de calidad y seguridad alimentaria. Estas normas regulan los controles, la seguridad alimentaria, la calidad, la información al consumidor, la comunicación de los beneficios para la salud y la publicidad, entre otros aspectos. Para informar sobre alimentación y nutrición, es imprescindible conocer y tener en cuenta esa regulación, así como saber transmitir a los ciudadanos sus implicaciones. Del mismo modo, exigimos a las autoridades mayor eficacia, control y difusión pública de las tareas de inspección.

### **5 FUENTES VÁLIDAS DE INFORMACIÓN.**

Como en cualquier otra información, en temas de alimentación y salud existen fuentes con intereses y puntos de vista distintos. Una sola fuente no debe ser suficiente para elaborar una información ponderada. Es necesario contar con fuentes relevantes, sólidas y fiables que aporten opiniones cualificadas del mayor número posible de actores, y que ofrezcan respuestas rápidas. Igualmente, resulta necesario contrastar las noticias servidas por agencia sobre hallazgos o informaciones procedentes de fuera de España. (Ante cualquier duda, junto con las Administraciones Públicas, tanto ANIS como FIAB -fuente de contacto de sectores y empresas- se ofrecen a ser puntos de contacto para ayudar a contrastar cualquier información en este ámbito).

### **6 IMPORTANCIA DE LA EVIDENCIA CIENTÍFICA.**

Cualquier estudio válido requiere cumplir con los patrones básicos de la investigación científica: que sean realizados por entidades de prestigio, que cumplan en cuanto a muestra, duración, metodología, revisión de pares, etc. Igualmente, es preciso confirmar si los resultados son extrapolables de un país a otro, así como saber diferenciar entre los estudios experimentales y los meramente observacionales, así como si están realizados en animales o en humanos. Por último, hay que tener en cuenta que la evidencia científica es temporal, por lo que será clave relativizar la información hallada y valorar siempre el grado de la evidencia.

### **7 TRANSPARENCIA EN LA INFORMACIÓN.**

Para ello es importante conocer los vínculos entre las fuentes de información y quiénes la promueven, desvelándolos para su correcta interpretación. Dicha transparencia debe ser exigida a todas las fuentes de información: agencias de información, sociedades médicas y científicas, universidades, centros médicos, organizaciones de consumidores, fabricantes de alimentos y bebidas, etc.

## **8 QUE LA ORIGINALIDAD NO COMPROMETA LA VERACIDAD.**

Dado el carácter sensible de la información sobre alimentación y salud, la originalidad en la exposición y el enfoque no debe impedirnos mantener como premisas el rigor, el equilibrio y la precisión. Lo noticioso no puede ser sólo lo negativo. Además debemos evitar la “medicalización de los alimentos” que pueda inducir a los ciudadanos a adquirir hábitos alimentarios extremos contrarios a la salud. Otorgar propiedades saludables a los alimentos sin evidencia científica contrastada es una práctica que debemos evitar mediante el rigor científico y la precisión informativa, de una manera sencilla y transparente. Una mala información también perjudica gravemente la salud.

## **9 USO RESPONSABLE DE INTERNET.**

Internet es una inestimable fuente de información, y a la vez se ha convertido en la principal vía de circulación de mitos y bulos sobre la alimentación. Es importante saber identificarlos y a ser posible utilizar como fuente de consulta únicamente webs acreditadas con sellos de calidad del ámbito científico (HON Code, WMA, WIS...). El uso de información obtenida en Internet no nos excluye de la responsabilidad de contrastar su veracidad y su vigencia. (Ante cualquier duda, junto con las Administraciones Públicas, tanto ANIS como FIAB –fuente de contacto de sectores y empresas- se ofrecen a ser puntos de contacto para ayudar a contrastar cualquier información en este ámbito).

## **10 CORRESPONSABILIDAD.**

Los informadores de salud podemos liderar el diálogo entre las partes -Administración, instituciones públicas y privadas, empresas de alimentación y bebidas, etc.- con el objetivo de asegurar una información veraz y objetiva para el ciudadano. Por lo tanto, reclamamos que las fuentes sean fácilmente identificables, accesibles, disponibles para los medios, y que proporcionen información relevante donde primen los criterios de objetividad y no criterios publicitarios. Los informadores debemos ser objetivos respecto a las instituciones que financian una investigación sobre alimentación o nutrición, y no discriminar la difusión pública de una marca con independencia de los resultados obtenidos. Del mismo modo, es nuestro deber y el de las administraciones sanitarias, desenmascarar las malas prácticas o los fraudes.

Valladolid, 26 de octubre de 2013.