



going to **sustainable** eating

## SYMPOSIUM/WORKSHOPS/Breakfasts PROPOSAL TEMPLATE

17th International  
Congress of Dietetics  
**GRANADA  
SPAIN**  
2016  
7, 8, 9 and 10 September

### **Información General**

- Los **simposios** pueden durar hasta dos horas y tendrán una cobertura y enfoque científico.
- Los **talleres** pueden durar hasta dos horas y tendrán una estructura funcional, profesional y práctica. Se llevará a cabo de forma simultánea a otros talleres. Será necesario inscribirse. Plazas limitadas entre 70 y 120 asistentes.
- Los **desayunos** pueden durar hasta una hora y serán de carácter informal donde todos los miembros de las Asociaciones – tanto directores como asociados – podrán discutir temas específicos, tanto científicos como profesionales, en un ambiente agradable y familiar.

La industria alimentaria y/o compañías farmacéuticas podrán patrocinar el Simposio/Talleres/Desayunos. Los detalles del patrocinador serán presentados como parte de la propuesta.

#### **Título/Temática del SIMPOSIO/TALLER:**

Agua, hidratación y líquido para una salud sostenible: ¿que sabemos al respecto?

#### **PONENTES DEL SIMPOSIO/TALLER: Nombre y principal afiliación**

Anne de Looy; Presidente Honorífico de la Federación Europea de Asociaciones de Dietistas

#### **PONENTES DEL SIMPOSIO/TALLER: Nombre y principal afiliación**

Joan Gandy, PhD RD FBDA – Dietista Independiente UK

IsabelleGuelinckx, RDMSc PhD – Director Científico de Investigación Danone Nutricia

OlleMelander, MD PhD - Profesor de Medicina Interna en el LundUniversity and especialista delDepartamento de Medicina Interna de el SkåneUniversity Hospital, Malmö, Suecia

Pauline Douglas BSc RD FBDA – Profesor Titular de Dietética; UniversityUlster, Colrairie N Irlanda

#### **Historial del SIMPOSIO/TALLER:**

Una sesión similar, pero no idéntica, se celebró en la novena Conferencia de EFAD (2015). La sesión fue valorada positivamente por su contenido científico actualizado y por su importancia en interés hacia los dietistas. La hidratación y las implicaciones para la salud a largo plazo es un tema que suele quedar en el olvido y no se ha investigado lo suficiente.

#### **RESUMEN DEL SIMPOSIO/TALLER:**

El agua es esencial para la salud, y es uno de los seis nutrientes básicos, pero a menudo se pasa por alto. Un problema fundamental es la identificación del grado en el que un



going to **sustainable** eating

## SYMPOSIUM/WORKSHOPS/Breakfasts PROPOSAL TEMPLATE

17th International  
Congress of Dietetics  
**GRANADA  
SPAIN  
2016**  
7, 8, 9 and 10 September

individuo o la propia población se hidratar y los requerimientos y/o recomendaciones para el agua. La nueva evidencia está revelando sobre las consecuencias a largo plazo de una mala hidratación y su relación con la diabetes y el riesgo cardio-metabólico. Ahora bien, las metodologías emergentes para la evaluación de la ingesta de líquidos, los marcadores de hidratación e indicadores para la salud sostenible deben ser discutidos y evaluados. Finalmente, se presentará cómo los dietistas están respondiendo a esta evidencia y las recomendaciones para mejorar su papel en la investigación y la educación.

### **PROPUESTA DE SIMPOSIO/TALLERES: Detalles**

#### **Propuesta del taller**

El agua es esencial para la salud, y es uno de los seis nutrientes básicos, pero a menudo se pasa por alto. La deshidratación leve puede tener efectos negativos para la salud, tales como la función física alterada, posibles consecuencias a largo plazo en la salud y el deterioro cognitivo<sup>1</sup>.

Al desconocer el tema de la deshidratación, existen personas vulnerables que no disponen del apoyo que necesitan para mantener un nivel saludable de hidratación. La evidencia obtenida del Informe Nacional y del Sistema de Enseñanza de la Agencia Nacional de Seguridad del Paciente del Reino Unido (NPSA) ha identificado la deshidratación como un problema de la seguridad del paciente. Teniendo en cuenta todos los factores, una comprensión limitada de hasta qué punto la hidratación en grupos de la población tiene la capacidad de incrementar los gastos relacionados con la salud, pasa a ser una cuestión relacionada con el coste-eficacia y la salud sostenible.

Un problema fundamental, y comentado anteriormente, es la identificación del grado en que una población está mal hidratada. Lo indica una encuesta transversal de 28.000 niños, adolescentes y adultos de 13 países en 3 continentes diferentes en los que se utilizaron un registro específico de consumo de líquidos durante un período de 7 días consecutivos<sup>2,3,4,5</sup>. Los resultados indicaron, que de acuerdo a los valores de referencia de la dieta establecidos por la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria, que el 50% de las mujeres, y aproximadamente el 60% de los hombres, están en riesgo de una ingesta inadecuada de líquidos. En los casos de los niños y adolescentes europeos el incumplimiento de dichos valores de referencia osciló entre el 34% (España) y el 94% (Bélgica).

A pesar de esta información, se ha informado que los pacientes siguen careciendo de acceso a agua potable y que es necesario continuar en el esfuerzo para promover una hidratación óptima<sup>6</sup>. Además, más del 90% de los pacientes desnutridos son atendidos en entornos comunitarios<sup>7</sup>, lo que sugiere que los esfuerzos continuos para promoverla hidratación deberían ocurrir tanto en el ámbito hospitalario como en el comunitario.

Hay una mayor conciencia de la necesidad de evaluar con precisión la ingesta de líquidos, sin embargo son varios los métodos que todavía se utilizan para estimar el agua y la ingesta de líquidos, como por ejemplo el recordatorio de 24h de ingesta de



going to **sustainable** eating

## SYMPOSIUM/WORKSHOPS/Breakfasts PROPOSAL TEMPLATE

17th International  
Congress of Dietetics  
**GRANADA  
SPAIN  
2016**  
7, 8, 9 and 10 September

líquidos, el registro de alimentos estimados o los cuestionarios de frecuencia alimentaria<sup>8</sup>. Muy pocos países describen cómo miden el consumo de líquidos, y las variaciones se observan en la forma en que la ingesta se cuantifica y es reportada. Las Recomendaciones Dietéticas Americanas de consumo de agua se basan en ingestas medias, sin el uso de mediciones de hidratación de la población asistida.

Para analizar la osmolalidad es sangre, NHANES (The National Health and Nutrition Examination Survey) suele tomar una única muestra de sangre. Pero en la población no existe un método aceptado de evaluación de la hidratación, y tanto Stookey<sup>9</sup> e incluso la hipertonídicidad, no están necesariamente relacionados con la hidratación para todos los grupos de edad. Investigaciones recientes sugieren que a nivel individual la "hidratación óptima", desde un punto de vista fisiológico, puede evaluarse utilizando el análisis de osmolalidad urinaria de registro de 24h ( $\leq 500$  mOsm·kg<sup>-1</sup>) como un indicador de la ingesta de líquidos diaria total adecuada para compensar las pérdidas diarias<sup>10</sup>.

Es necesario un seminario de hidratación en la salud y de la reacción de los dietistas para poder revisar y discutir sobre la información y las prácticas actuales cuando se usa una evidencia basada y enfocada hacia la salud y la hidratación.

Durante este simposio se discutirá lo siguiente:

- Ingesta de líquidos en Europa – cómo podemos medir el consumo de agua y líquido y la aplicabilidad a las recomendaciones actuales. Joan Gandy, PhD RD FBDA
- Importancia de los datos de consumo de la ingesta de líquidos para la salud pública. Isabelle Guelinckx, RD MSc PhD
- Hidratación y vasopresina, del regulador a la predicción de la enfermedad para la diabetes y el riesgo cardio-metabólico. Olle Melander, MD PhD
- Hidratación: conocimientos, actitudes y desarrollo profesional continuo de los dietistas. Pauline Douglas BSc RD FBDA

### **Referencias**

1. Gibson-Moore H (2014) "Hydration and health," *Nutrition Bulletin*, 39: 4–8
2. Ferreira-Pego C, et al. (2015) Total fluid intake and its determinants: cross-sectional surveys among adults in 13 countries worldwide. *EJN* 54 Suppl (2), 35-43
3. Guelinckx I, et al. (2015) Intake of water and different beverages in adults across 13 countries. *EJN* 54 Suppl(2), S45-S55
4. Guelinckx I, et al. (2015) Intake of water and beverages of children and adolescents in 13 countries. *EJN* 54 Suppl(2), S69-S79
5. Iglesia I, et al. (2015) Total fluid intake of children and adolescents: cross-sectional surveys in 13 countries worldwide. *EJN* 54 Suppl (2), 57-67
6. Parliamentary and Health Service Ombudsman (2011) "Care and compassion?" Report of the Health Service Ombudsman on 10 Investigations into NHS Care of Older People, Parliamentary and Health Service Ombudsman, London, UK,



going to **sustainable** eating

**SYMPOSIUM/WORKSHOPS/Breakfasts PROPOSAL TEMPLATE**

**17th** International Congress of Dietetics  
**GRANADA SPAIN**  
 2016  
 7, 8, 9 and 10 September

7. Leach RM, Brotherton A, Stroud M, and Thompson R (2013) Nutrition and fluid balance must be taken seriously Br Med J, 346: f801
8. Popkin BM, D’Anci KE, and Rosenberg IR (2010) Water, Hydration and health. Nutr Rev 68:439-458
9. Stookey JD (2005) High prevalence of plasma hypertonicity among community-dwelling older adults: results from NHANES III. J Am Diet Assoc.105:1231–1239
10. Perrier TE et al (2015) Twenty-Four-Hour Urine Osmolality as a Physiological Index of Adequate Water Intake. Disease Markers Vol 2015, Article ID 231063, 8 pages <http://dx.doi.org/10.1155/2015/231063>

**ProgramaPropuesto**

<b>Titulo(s)</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Ponente(s)</b>
El Agua, el nutriente olvidado	10 min	Anne de Looy
Ingesta de líquidos en Europa – cómo podemos medir el consumo de agua y líquido y la aplicabilidad a las recomendaciones actuales	25 min	Joan Gandy, PhD RD FBDA
Importancia de los datos de consumo de la ingesta de líquidos para la salud pública.	25 min	Isabelle Guelinckx, RD MScPhD
Hidratación y vasopresina, del regulador a la predicción de la enfermedad para la diabetes y el riesgo cardio-metabólico.	25 min	OlleMelander, MD PhD
Hidratación: conocimientos, actitudes y desarrollo profesional continuo de los dietistas.	25 min	Pauline Douglas BSc RD FBDA
Discusión final y preguntas, resumen	10 min	Anne de Looy

**Please include a picture of the speakers:**





going to **sustainable** eating

**SYMPOSIUM/WORKSHOPS/Breakfasts PROPOSAL TEMPLATE**

**17th** International  
Congress of Dietetics  
**GRANADA**  
**SPAIN**  
**2016**  
7, 8, 9 and 10 September

Anne De Looy  
Guelinckx

Joan Gandy

Olle Melander

Isabelle