



PSN celebra el 4º encuentro de su ciclo de conferencias 'Dieta Atlántica: La excelencia en el paladar en perfecta armonía con la salud'

La Dieta Atlántica no sólo es buena para la salud humana, sino también para la del planeta

Madrid, 20 de septiembre de 2023

Previsión Sanitaria Nacional (PSN) ha acogido en su sede central en Madrid, el Palacio de Gamazo, el cuarto encuentro del ciclo de conferencias 'Dieta Atlántica: La excelencia en el paladar en perfecta armonía con la salud'. Esta cuarta edición ha contado con las ponencias de Gumersindo Feijoo, catedrático de Ingeniería Química y vicerrector de la Universidad de Santiago, y Carlos Parra, chef gallego al frente del restaurante Castillo de Maceda (en la localidad orensana del mismo nombre)

El presidente de PSN, Miguel Carrero, ha presentado el encuentro subrayando la importancia de difundir este tipo de alimentación atlántica por todos los beneficios que aporta a la salud de las personas.

El acto ha estado centrado en el impacto medioambiental que supone este tipo de alimentación, entendida desde el propio cultivo o cría y abarcando todos los pasos de la cadena de producción hasta el consumo. "En la dieta, la primera variable a tener en cuenta es la salud humana, pero también entra en juego la salud del planeta. ¿Se pueden combinar ambas? La respuesta es que sí, siempre que se trate de una dieta equilibrada, como la Atlántica", según palabras de Gumersindo Feijoo.

El experto ha explicado cómo una dieta afecta al medio ambiente partiendo de dos indicadores. Por un lado, la huella hídrica, elemento esencial en la agricultura, y la huella de carbono, directamente relacionada con la energía utilizada para la producción alimentaria o el transporte. Asimismo, ha enumerado cinco elementos en los que se puede actuar para reducir el impacto desde los distintos puntos de la cadena de producción y consumo alimentaria: el uso de alimentos de temporada (en legumbres, hortalizas, pescados...), de los productos de proximidad (que siempre son más saludables y nutritivos), de la alimentación ecoetiquetada (que garantice la trazabilidad y sostenibilidad del producto), cuidar los envases (está en transición la normativa para eliminar los plásticos en la venta de frutas y verduras), y evitar el desperdicio alimentario, tanto en la cadena de producción como por parte del propio consumidor.

Feijoo, que ha aludido a la sostenibilidad asociada a distintos tipos de dietas, mostrando que la Atlántica es de las más respetuosas, ha añadido que ésta "está relacionada con una mayor esperanza de vida porque se trata de una alimentación de mayor calidad y que otorga más salud". De igual modo ha recordado los principales lugares vinculados a este tipo de dieta, principalmente Galicia, la cornisa cantábrica, Portugal, y parte del litoral francés e irlandés pero

Departamento de Comunicación

Tel. 914 311 244

psncomunicacion@grupopsn.es

psn.es

GRUPO



Sigue a Grupo PSN en



ha añadido el que a su juicio es el gran desconocido, Extremadura, una región de las que más aporta a esta tradición culinaria.

Finalmente, el chef Carlos Parra ha centrado su intervención en 'la cocina de las abuelas', destacando su papel fundamental en la promoción de la Dieta Atlántica y los beneficios que aporta a la salud y el bienestar. En su enfoque culinario, Parra ha explicado que la cocina sostenible, saludable y con ingredientes de kilómetro 0 es una de sus señas de identidad. Como él mismo explica: "Mi madre es mi maestra. A través de ella, aprendí a valorar la cocina tradicional y a respetar el producto, un principio fundamental de la Dieta Atlántica".

Al acto han acudido en torno a un centenar de asistentes, entre ellos los principales representantes de las asociaciones profesionales de gallegos en Madrid, así como restauradores de la cocina gallega en Madrid, entre otros.

Después de las ponencias, los asistentes han podido disfrutar del menú degustación a cargo de Carlos Parra, en el que se presentó una selección de platos elaborados con ingredientes propios de la Dieta Atlántica.

El ciclo de conferencias

Esta serie de encuentros periódicos busca mostrar las bondades de esta saludable tradición gastronómica desde todas las ópticas implicadas, tanto desde el punto de vista de la salud y la nutrición, su ubicación geográfica e ingredientes, el impacto medioambiental o las instituciones y organizaciones relacionadas, así como del disfrute implícito en la degustación.

Cuenta con un Comité de Honor formado por importantes personalidades del mundo político, académico, sanitario y de la representación profesional: el presidente de la Xunta de Galicia, Alfonso Rueda; el del Parlamento de Galicia, Miguel Ángel Santalices, los consejeros de Economía, del Mar y del Medio Rural de la Xunta, María Jesús Lorenzana, Alfonso Villares y José González, respectivamente; el presidente de la Fundación Dieta Atlántica, Antonio López; los presidentes de las asociaciones gallegas de Empresarios (Aegama), Médicos (Aomega), Juristas (Iurisgama) y Periodistas, Julio Lage, Julio Ancochea, Carlos Lema y Pilar Falcón, respectivamente; Carlos de Blas, de la Orden da Vieira, y Aniceto Charro, catedrático emérito de la Universidad Complutense y jefe de Servicio de Endocrinología y Nutrición de Hospital de Madrid.

Departamento de Comunicación

Tel. 914 311 244

psncomunicacion@grupopsn.es

psn.es

GRUPO



Sigue a Grupo PSN en





Nota de Prensa

Sobre Previsión Sanitaria Nacional

Previsión Sanitaria Nacional (PSN) es un grupo empresarial cuyo objetivo es dar un servicio integral a los profesionales universitarios y sus colegios profesionales. El origen del Grupo es PSN Mutua, aseguradora del sector de seguros personales, Vida, Accidentes, baja laboral y Dependencia, entre otros, especialmente dirigida a las necesidades del mundo profesional universitario en el campo de la protección personal y familiar, el ahorro-previsión y la gestión de inversiones. Manteniendo la vigencia de sus propósitos fundacionales, formulados hace más de 90 años por un grupo de médicos que se apoyaron en el concepto de ayuda mutua para aliviar las consecuencias del accidente, la vejez y el fallecimiento, PSN ha evolucionado rápidamente en prácticamente todos sus cometidos: atención a mutualistas, alcance y garantías de sus productos aseguradores, especialización y valor añadido en sus nuevos servicios, apertura a otros colectivos universitarios y expansión territorial por España, contando en la actualidad con una red especializada de oficinas en la práctica totalidad de las principales capitales de provincia del país.

Precisamente, la política de colaboración mutua y de servicio a los profesionales universitarios ha posibilitado que, en la actualidad, PSN mantenga más de 270 convenios de colaboración con colegios e instituciones profesionales. Con cerca de 100.000 mutualistas, PSN no ha parado de crecer en los últimos años y actualmente gestiona un ahorro superior a los 1.500 millones de euros y lleva años con una facturación anual en el entorno de los 250 millones.

Departamento de Comunicación

Tel. 914 311 244 • psncomunicacion@grupopsn.es • psn.es

GRUPO  Sigue a Grupo PSN en      