



Previsión Sanitaria Nacional

Nota de Prensa

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

“Para un gallego, la Dieta Atlántica es uno de nuestros legados más valiosos”

- “Es necesario que desde las más tempranas edades exista conciencia de considerar los productos del mar como una parte fundamental de su dieta”

Madrid, 15 de noviembre de 2023

Previsión Sanitaria Nacional (PSN) ha acogido en su sede central en Madrid, el Palacio de Gamazo, el quinto y último encuentro del año del ciclo de conferencias 'Dieta Atlántica: La excelencia en el paladar en perfecta armonía con la salud'. Esta nueva edición ha contado con la participación destacada de Rosa Quintana, bióloga marina, ex conselleira do Mar de la Xunta de Galicia y diputada, cuya conferencia se ha titulado 'El mar como fuente de alimento'.

Al acto han acudido en torno a un centenar de asistentes, entre ellos el director de Casa de Galicia en Madrid, Javier Vázquez, representantes del Programa de Alimentación, Actividad física y Salud (ALAS) del Ayuntamiento de Madrid y del Defensor del Pueblo, además de los principales representantes de las asociaciones profesionales de empresarios, juristas, médicos y periodistas gallegos en Madrid.

Desarrollo de la jornada

El presidente de PSN, Miguel Carrero, ha sido el encargado de abrir el acto, subrayando “el tesoro inmenso que es la Dieta Atlántica y la satisfacción que supone para PSN contribuir en su difusión al resto de la sociedad española”

Rosa Quintana ha centrado su intervención en el valor y la calidad de los alimentos que conforman la Dieta Atlántica, más concretamente en los que provienen del mar. Así ha señalado que “tenemos la suerte de vivir en una tierra que alberga productos terrestres y marinos de gran calidad que nos permiten sostener una dieta sabrosa y saludable”. Y lo ha demostrado con cifras. “Japón y España alcanzan los 83 años en longevidad y Galicia, en concreto, 83,82 años”. Quintana ha subrayado el valor diferencial de los productos del mar si hablamos de la Dieta Atlántica, frente a otras como es la Mediterránea. “Se trata de una dieta donde la proteína de alta calidad del mar es imprescindible en nuestros menús diarios y es un elemento claramente identificativo nuestro”.

“Galicia es sinónimo de calidad en cuestión de pescado y marisco. Contamos con un sistema de trazabilidad que genera anualmente más de 4 millones de notas de venta en diferentes mercados”. Además, Quintana ha señalado que se puede encontrar anualmente en los mercados

Departamento de Comunicación

Tel. 914 311 244

psncomunicacion@grupopsn.es

psn.es

GRUPO



Sigue a Grupo PSN en





Previsión Sanitaria Nacional

Nota de Prensa

gallegos más de 150.000 toneladas de pescados, marisco y algas y más de 250.000 toneladas de mejillones y otras especies de acuicultura. "Somos una fuente de producción natural de Omega 3 incontestable".

Todo ello convierte a Galicia en el décimo exportador de productos pesqueros del mundo, por delante de países como Japón e Islandia. "Producimos más de la mitad de los productos del mar de toda España, superando la cifra de 2.000 millones de euros de exportación. En los últimos diez años, han aumentado las exportaciones más de un 80%".

Adicionalmente, la experta se ha referido al papel más relevante y emocional de la tradición y cultura en la Dieta Atlántica. "Las recetas elaboradas con productos de la huerta y el mar forman parte de nuestra tradición culinaria, pero también sentimentales. En los sabores compartidos vislumbramos también esa inolvidable reunión familiar, un momento vivido con amigos o la mano experta de nuestros mayores, que saben cuidar de nuestra comida y de nosotros. Para un gallego, toda esa forma de comer es un legado valioso que queremos preservar y dar a conocer desde los albores del nacimiento de nuestra identidad".

De igual modo, Quintana ha invitado a reflexionar sobre la necesidad de poner en marcha políticas e iniciativas que contribuyan al fomento del consumo de pescados y mariscos. "Es necesario que desde las más tempranas edades exista conciencia entre los más pequeños y jóvenes de considerar los productos del mar como una parte fundamental de su dieta". A su vez, ha insistido en seguir dando pasos adelante para dar a conocer la Dieta Atlántica, de igual manera que se ha hecho con su "prima-hermana la dieta mediterránea".

La experta ha querido también hacer un pequeño homenaje a todos aquellos profesionales del sector pesquero que mantuvieron la actividad del mar durante el gran parón producido por la pandemia. "Aunque el mundo se detuvo, el mar no. Fue posible gracias a muchas personas que, a pesar de los riesgos, bajaron a las playas, fueron a pescar con su embarcación o salieron en barco a traernos lo mejor de nuestro mar".

Por su parte, la chef Lydia del Olmo ha centrado su intervención en lo que para ella es la cocina gallega y que ha reflejado a la perfección en su restaurante. "Intenté que la cocina estuviera totalmente integrada con las mesas de los comensales, no hay separación alguna, es lo que he vivido durante toda mi vida, la cocina era el espacio principal de la vivienda y allí pasaban todas las cosas importantes". Junto a ello, da prioridad a la selección del producto local y los alimentos de temporada. Gracias a esa conjunción, en apenas tres años han conseguido, ella y su pareja Xosé Magalhaes que trabajan mano a mano, importantes reconocimientos. Además de la Estrella Michelin, obtuvieron el Sol Repsol, y el cocinero revelación de Madrid Fusión.

De otra parte, y como novedad en este encuentro, se ha puesto a disposición de los asistentes una experiencia virtual denominada 'Galiverso Sumexido', en la que todos aquellos asistentes que los desearon pudieron sumergirse, gracias a unas gafas de realidad virtual, en los fondos marinos de la costa gallega.

Departamento de Comunicación

Tel. 914 311 244

psncomunicacion@grupopsn.es

psn.es

GRUPO



Sigue a Grupo PSN en





Previsión Sanitaria Nacional

Nota de Prensa

Después de las ponencias, los asistentes han podido disfrutar del menú degustación a cargo de los chefs Estrella Michelin del restaurante Ceibe, Lydia del Olmo y Xosé Magalhaes.

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; Javier Vázquez, director de Casa Galicia en Madrid; 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.

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

