

## **Alimentos funcionales, conocerlos bien para elegirlos mejor**

La Confederación de Consumidores y Usuarios (CECU) se suma a los actos del **Día Nacional de la Nutrición**, cuya sexta edición tiene lugar el **próximo lunes**. Este año el eje central serán los **alimentos funcionales**, que son todos aquellos que buscan suplir las carencias de aquellas personas que no llevan una dieta equilibrada.

Gran parte de los consumidores habrá tomado alguna vez, casi con toda seguridad, algún tipo de los denominados *alimentos funcionales*, aunque no tengan un conocimiento exacto de lo que son. Expresiones como “rico en calcio” o “con fibra y vitaminas” son comunes en los envases de muchos de los alimentos que consumimos.

El gran número de alimentos de este tipo que existen en el mercado con esta clase de alegaciones nutricionales, hace que muchos ciudadanos acaben desorientados y, al final, no consigan el equilibrio óptimo para su dieta. Acabar con esta confusión, es el objetivo este año de la Federación Española de Sociedades de Nutrición, Alimentación y Dietética (FESNAD), que **celebra el lunes el Día Nacional de la Nutrición (DNN)**, organizando diferentes actividades por toda España que buscarán dar respuesta a las dudas que existan sobre la utilización, la eficacia y el consumo ideal de este tipo de alimentos dentro de una dieta variada y equilibrada.

Esta es la sexta edición del DNN, que comenzó a organizarse con los objetivos de fomentar el debate público para concienciar sobre la importancia que una nutrición adecuada tiene para gozar de buena salud; buscar más implicación de la Administración en la promoción de hábitos alimentarios saludables y llamar la atención de los medios de comunicación para lograr que informen con más responsabilidad de lo que tenga que ver con el ámbito de la nutrición.

CECU, en línea con estos valores, considera necesaria una información transparente y abundante en relación con la alimentación de los ciudadanos, de forma que gocen así de la posibilidad de elegir libremente, es decir, con conocimiento de causa. Cabe también recordar, en el marco de los alimentos funcionales, la reciente entrada en vigor del Reglamento europeo relativo a las declaraciones nutricionales y de propiedades saludables en los alimentos. Este reglamento establece las reglas que deberán seguirse por parte de la industria alimentaria para poder decir que un alimento contiene determinadas propiedades saludables, convirtiéndose en un instrumento que permite a los consumidores tener una información más clara y veraz sobre estos productos.

**25 de mayo de 2007**

**Gabinete de prensa de CECU**

**Confederación de Consumidores y Usuarios**

C/ Mayor, 45, 2º - 28013 MADRID Tel.: 91 364 13 84 Fax: 91 366 90 00

**Gabinete de prensa:** C/En Llop, 2, 4ª - 46002 VALENCIA

Tel. y fax : 96 352 11 97 Móvil: 657 504 712

[david.hurtado@cecu.es](mailto:david.hurtado@cecu.es) / [www.cecu.es](http://www.cecu.es)