

## DECLARACION DE BAIONA SOBRE LA DIETA ATLÁNTICA II CONGRESO INTERNACIONAL DE LA DIETA ATLANTICA Baiona, 16-17-18 de Noviembre del 2006

El concepto de **Dieta Atlántica** está asociado al de **Dieta Saludable** y **Dieta Funcional**. Son muchos los países europeos cuyas costas son atlánticas y con modelos alimentarios distintos, cuyo estudio se hace primordial para comprender mejor su influencia en el desarrollo y salud de los seres humanos. El Arco Atlántico Europeo constituye una gran despensa de alimentos, no sólo por su variedad, sino también por la calidad de componentes nutritivos y no nutritivos. Comer en el Arco Atlántico Europeo es símbolo de salud y placer: se asocian un disfrute de la comida y bebida a través de las celebraciones de todo tipo, fiestas que giran a través de la comida, junto con un mejor mantenimiento de los hábitos alimentarios tradicionales, probablemente como consecuencia de una menor repercusión del turismo y hábitos foráneos y una menor penetración de hábitos derivados de corrientes de inmigración. Igualmente, la llamada comida rápida no tiene la difusión alcanzada en otros lugares.

Un numeroso grupo de científicos y profesionales del denominado Arco Atlántico lleva trabajando estos últimos años para convertir la **Dieta Atlántica** en referente internacional de **Dieta Saludable**. En este sentido, se constituyó en el año 2003 el *Centro Europeo de Dieta Atlántica (CEDA)* y, más recientemente, otros Organismos e Instituciones de reconocido prestigio como la *Universidad de Santiago de Compostela*, la *Fundación Española de la Nutrición (FEN)* y la *Asociación Galega de Estudios de Dieta Atlántica (ASGAEDA)*, entre otros, se han unido a dicha iniciativa.

El patrón de **Dieta Atlántica** debe establecerse teniendo en cuenta los alimentos, cuyo consumo ha constituido tradicionalmente el aporte mayoritario de energía, nutrientes y componentes no nutritivos de interés nutricional. Al igual que se ha postulado para el reconocido modelo de *Dieta Mediterránea*, debe basarse principalmente en el modelo de dieta que se consumía en los años 50-60 del siglo XX, ya que en los años posteriores han ocurrido unos grandes cambios a diferentes niveles, que han podido modificar en parte la dieta originaria, sin olvidar que la penetración de esos cambios ha sido considerablemente menor en el ámbito del Arco Atlántico. En el contexto actual, se debe además aprovechar aquello que tienen de saludable algunos alimentos y productos manufacturados “externos” e incorporarlos y adaptarlos a nuestra Alimentación y Gastronomía.

Los firmantes de la Declaración de Baiona sobre Dieta Atlántica consideran fundamental desarrollar una **Estrategia de Mantenimiento y Promoción de la Dieta Atlántica**, a diferentes niveles y que tiene los siguientes **objetivos**:

- La promoción de la Dieta Atlántica como fuente de salud y placer.
- La promoción de la investigación I+D+I que se relacione con la Dieta Atlántica, y tanto en lo que se refiere a la salud como a la

investigación en el área de pesca, acuicultura, agricultura, ganadería, vitivinicultura, recursos naturales, etc.

- La implicación de la industria de la alimentación y restauración y turismo para que los principales elementos de la Dieta Atlántica, tanto con preparaciones culinarias tradicionales como novedosas, formen parte fundamental de la oferta para consumo en el hogar y fuera del mismo, y tanto como comida principal como complementaria.
- La implicación del mundo educativo en sus diferentes niveles para educar sobre Dieta Atlántica como patrimonio cultural.
- Que las instituciones públicas y privadas reconozcan los valores de la Dieta Atlántica y los estilos de vida y entorno que la acompañan, comprometiéndose a su protección y promoción de la Dieta Atlántica, al considerarse la misma como *dieta funcional*.
- La evaluación del potencial impacto del entorno ambiental en su concepto más amplio (urbanización, transporte, contaminación ambiental, etc.) en el mantenimiento de los valores de la Dieta Atlántica.

Baiona, a 18 de noviembre de 2006