

## N4

Primavera  
2018

### 1. EDITORIAL.

Hidratación saludable y sostenible.

### 2. BIBLIOTECA CIENTÍFICA.

Nuevos retos para el agua de consumo humano.

#### NOTICIAS DEL SITIO WEB.

Accede al nuevo material de la sección contenido multimedia de nuestra web.

### 3. RINCÓN DEL PROFESIONAL DE LA SALUD.

El agua factor clave en la evaluación de los objetivos de desarrollo sostenible (ODS).

**EVENTOS CIEAH.** Reunión de Expertos en "Hidratación y Sostenibilidad".

### 4. NOTICIAS CIEAH.

Sesión científica de la CIEAH en la Real Academia Europea de Doctores de Barcelona "Hidratación y salud en la Europa del siglo XXI".

**¿QUÉ HAY DE NUEVO?** Edición especial de la revista Beverages: "Ingesta de bebidas en grupos de población vulnerable".



## EDITORIAL

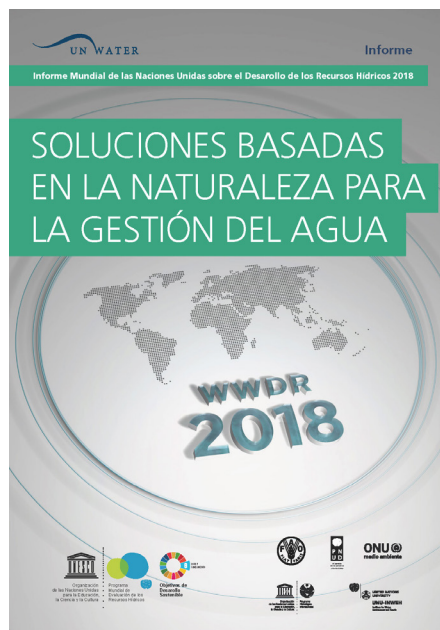
### HIDRATACIÓN SALUDABLE Y SOSTENIBLE

**Dr. Lluís Serra Majem**

Catedrático de Medicina Preventiva y Salud Pública. Director del Instituto Universitario de Investigaciones Biomédicas y Sanitarias de la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria. Director de la Cátedra de Estudios Avanzados en Hidratación (CIEAH).

El agua es fisiológicamente necesaria para la supervivencia humana. La cantidad de agua total del cuerpo y el equilibrio entre la ingesta y la pérdida de agua están controlados homeostáticamente mediante mecanismos que modifican las vías de excreción y estimulan el consumo (sed). Una adecuada hidratación es esencial para la salud y el bienestar. Toda célula del cuerpo humano necesita agua. La hidratación es el pilar fundamental de las funciones fisiológicas más básicas, como por ejemplo la regulación de la tensión arterial y la temperatura corporal, la hidratación y la digestión.

La evidencia científica sobre el binomio hidratación y salud, pone de manifiesto por un lado el vínculo de una ingesta adecuada de agua con la supervivencia, la mejora de la salud, el rendimiento físico, el rendimiento mental y la seguridad y productividad a nivel laboral, enfermedades crónicas como las cefaleas o el estreñimiento, e incluso el cáncer, y por otro, los desafíos actuales de la gestión del agua en todos los sectores, particularmente los relacionados con el agua para la agricultura, para las ciudades sostenibles, para la reducción del riesgo de desastres naturales y los de la calidad del agua. Debido al rápido crecimiento de la población mundial, se prevé que la demanda de agua aumente en casi un tercio para el año 2050. Ante un patrón de consumo acelerado, el creciente deterioro del medio ambiente y los impactos multifacéticos del cambio climático, es evidente que precisamos nuevas formas de gestión de la demanda de competencias para nuestros valiosos recursos de agua dulce.



El Objetivo 6 de la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible reconoce la importancia de garantizar la disponibilidad y gestión sostenible del agua y el saneamiento, como así también a través del Objetivo 14 reconoce la importancia de los océanos como motor de los sistemas globales que hacen que la tierra sea un lugar habitable para los seres humanos. La forma en que gestionamos este recurso vital es fundamental para la humanidad y para contrarrestar los efectos del cambio climático. Los medios de vida de más de 3.000 millones de personas dependen de la biodiversidad marina y costera. Sin embargo, el 30 por ciento de las poblaciones de peces del mundo está sobreexplotado, alcanzando un nivel muy por debajo del

necesario para producir un rendimiento sostenible. Los océanos también absorben alrededor del 30 por ciento del dióxido de carbono generado por las actividades humanas y se ha registrado un 26 por ciento de aumento en la acidificación de los mares desde el inicio de la revolución industrial. La contaminación marina, que proviene en su mayor parte de fuentes terrestres, ha llegado a niveles alarmantes: por cada kilómetro cuadrado de océano hay un promedio de 13.000 trozos de desechos plásticos.

Los Objetivos de Desarrollo Sostenible generan un marco para mejorar la conservación y el uso sostenible de los recursos hídricos y oceánicos, ayudando a mitigar algunos de los retos actuales de la sociedad. Coincidiendo con la publicación del Informe Mundial sobre el Desarrollo de los Recursos Hídricos de las Naciones Unidas 2018, la CIEAH quiere, a través de su director, aunar esfuerzos colectivos para promover el uso sostenible del agua en el marco de la Agenda 2030 de los ODS de Naciones Unidas. Cabe destacar que la CIEAH, está integrada en el IUIBS, que forma parte de la **Red Española de Desarrollo Sostenible (REDS)** de la red mundial SDSN (Sustainable Development Solutions Network).

#### Referencias

1. Objetivos de desarrollo sostenible. Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD)
2. WWAP (Programa Mundial de las Naciones Unidas de Evaluación de los Recursos Hídricos)/ ONU-Agua. 2018. Informe Mundial de las Naciones Unidas sobre el Desarrollo de los Recursos Hídricos 2018: Soluciones basadas en la naturaleza para la gestión del agua. París, UNESCO.

## BIBLIOTECA CIENTÍFICA

### NUEVOS RETOS PARA EL AGUA DE CONSUMO HUMANO

**Dr. José Jaime Sadhwani Alonso** Profesor de Tecnologías del Medioambiente. Universidad de Las Palmas de Gran Canaria. Comité Científico de la Cátedra Internacional de Estudios Avanzados en Hidratación.

La Comunidad Europea ha tenido una constante armonización legislativa, a través de distintas Directivas relacionadas con la calidad de las aguas destinadas al consumo humano.

En general las normativas entienden como agua potable aquella que cumple una serie de caracteres organolépticos, físico-químicos, relativos a sustancias no deseables, a sustancias tóxicas, microbiológicas y de radiactividad, estableciéndose unos valores máximos admisibles para una serie de parámetros. Estos valores máximos corresponden a la mínima calidad admisible en el agua potable.

Las medidas de control de la calidad para aguas de consumo humano se basan en el cumplimiento de los criterios sanitarios, y de las instalaciones que permiten el suministro desde la captación hasta el consumidor, para garantizar la salubridad, la calidad y la limpieza, con el objetivo de proteger la salud de las personas de los efectos adversos derivados de cualquier tipo de contaminación de las aguas.

Las recientes evidencias científicas así como la necesidad de incorporar nuevos planteamientos para mejorar los criterios de calidad y de seguridad del agua de consumo humano, ponen de manifiesto su inminente cambio normativo. Incluso la Organización Mundial de la Salud ha recomendado incluir criterios de seguridad para la legionela, el clorato, o los contaminantes emergentes. Otro aspecto a considerar, son los criterios de normalización para los productos de construcción del sector hídrico del mercado interior de la UE, como los depósitos o las tuberías, a los efectos de no contaminar el agua potable.

Por último, para lograr una mayor transparencia de la información de la calidad y seguridad del agua, es importante ofrecer al

público de manera fácil y sencilla (también en línea) información más concreta y específica sobre la calidad del agua potable y su suministro en la zona en la que viven, a fin de incrementar su confianza en el agua del grifo, lo que supone un avance importante para la reducción de botellas de plástico de aguas envasadas, contribuyendo así a reducir la huella de CO<sub>2</sub> tal como se contempla en el Objetivo 6 de Desarrollo Sostenible para 2030 y los Acuerdos de París sobre el Cambio Climático.

En conclusión, el futuro de la calidad y acceso del agua destinada al consumo humano, se plantea para el ciudadano con la necesaria incorporación de la premisa de sostenibilidad medioambiental. Es decir, bajo la perspectiva de garantizar aún más su seguridad y salud, así como una mayor transparencia de la información del agua de grifo para su consumo; lo que permitirá a su vez, una gestión más eficiente de los recursos hídricos disponibles y reducir el impacto ambiental en nuestro planeta.

#### Referencias

1. Anna Gómez-Gutiérrez, María Josepa Miralles, Irene Corbella, Soledad García, Sonia Navarro y Xavier Llebaria. La calidad sanitaria del agua de consumo. Gac Sanit. 2016;30(S1):63-68
2. Propuesta de Directiva del Parlamento Europeo y del Consejo relativa a la calidad de las aguas destinadas al consumo humano "COM(2017) 753 final, 1.2.2018 (Consultado el 14/04/2018). Disponible en: [ec.europa.eu/transparency/regdoc/rep/1/2017/ES/COM-2017-753-F1-ES-MAIN-PART-1.PDF](http://ec.europa.eu/transparency/regdoc/rep/1/2017/ES/COM-2017-753-F1-ES-MAIN-PART-1.PDF)
3. Ministerio de la Presidencia y para las Administraciones Territoriales. BOE» núm. 45, de 21 de febrero de 2003. Ref: BOE-A-2003-3596. (consultado el 14/04/2018). Disponible en: [www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2003-3596](http://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2003-3596)



## NOTICIAS DEL SITIO WEB

ACCEDE AL NUEVO MATERIAL DE LA SECCIÓN CONTENIDO MULTIMEDIA DE NUESTRA WEB

Desde esta sección podrás acceder al contenido completo de la Sesión Científica de la CIEAH "Hidratación y Salud en la Europa del Siglo XXI" celebrada el pasado 22 de marzo de 2018 en la Real Academia Europea de Doctores.

Más información en nuestro sitio web [www.cieah.ulpgc.es](http://www.cieah.ulpgc.es)

International Chair for Advanced Studies in Hydration / Cátedra Internacional de Estudios Avanzados en Hidratación

Inicio CIEAH Hidratación Humana Hidratación y Salud Materiales Educativos Ciencia de la Hidratación Eventos Noticias

**Contenido multimedia**

22 DE MARZO. DÍA MUNDIAL DEL AGUA 2018

Sesión científica 22 de marzo: Día Mundial del Agua 2018

En esta sección

- Artículos seleccionados
- Lecturas seleccionadas
- Publicaciones científicas
- Publicaciones Escritas por CIEAH-III
- Comunicación
- Revisión Científica
- Noticias

## RINCÓN DEL PROFESIONAL DE LA SALUD

### EL AGUA FACTOR CLAVE EN LA EVALUACIÓN DE LOS OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE (ODS)

**Dr. Javier Benayas** Profesor de Ecología de la Universidad Autónoma de Madrid. Miembro del consejo asesor de la Red de Desarrollo Sostenible (REDS/SDSN Spain).

España, junto con otros 192 países, se enfrenta en la próxima década a la consecución del desafío más ambicioso en materia de desarrollo social, económico y ambiental: el compromiso de alcanzar los 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) establecidos por las Naciones Unidas mediante una agenda de desarrollo que deberá completar su implementación en el año 2030. Dentro de estos objetivos, dos de ellos, están muy estrechamente relacionados con el agua: el ODS 6 relacionado con el acceso al agua como recurso y el ODS 14 que se centra en el estado de los ecosistemas marinos y acuáticos. Sin duda, otros objetivos también tienen relación indirecta con la apreciada agua.

A principios de 2015 se crea la **Red Española para el Desarrollo Sostenible (REDS)**, capítulo en España de la red mundial SDSN (*Sustainable Development Solutions Network*) con el objetivo de impulsar la aplicación de los ODS. Uno de los trabajos de REDS que más impacto ha generado, ha sido la publicación y difusión del *Índice mundial de los ODS*, un informe pionero, elaborado anualmente por SDSN y la Fundación Bertelsmann que sitúa en una clasificación a 157 países del mundo en relación con el grado de cumplimiento de los ODS. Los resultados de este índice son muy interesantes porque evidencian que todos los países, tanto ricos como en desarrollo, deben actuar con urgencia para lograr los objetivos globales de sostenibilidad, ya que ninguno cumple con los 17 ODS. El Índice de los ODS ofrece una foto fija que muestra de dónde partimos y hacia dónde debemos ir a través, tanto de datos cuantitativos como

de una representación en paneles de colores muy visual y fácil de entender.

En el caso concreto de los resultados obtenidos por España, llama la atención que los dos objetivos más relacionados con el agua obtienen valores opuestos y extremos. Por una parte el objetivo 6, alcanza una puntuación de 9 sobre 10, que pone de manifiesto la existencia de un gran porcentaje de la población con un buen acceso tanto al agua potable como a poder contar con una red de tratamiento del agua eficiente. Por el contrario el objetivo 14, es el único de los 17 ODS que obtiene puntuaciones de suspenso con un valor de 4,5 /10. Aunque España cuenta con un alto porcentaje de reservas marinas, la sobrepesca, el grado de contaminación de las aguas costeras o el estado de la biodiversidad marcan unos niveles que dejan mucho margen de mejora de cara al futuro. Esta fotografía del grado de cumplimiento de estos dos ODS obtiene resultados muy similares para países europeos y de la OCDE. Los países en desarrollo en general tienden a obtener mejores resultados en los indicadores de contenido mas social que en los relacionados con metas ambientales. Entre los retos más importantes a los que se enfrentan estos países se encuentran la lucha contra el cambio climático (ODS 13), la conservación de los ecosistemas (ODS 14 y 15) y en los sistemas de consumo y producción basados en prácticas insostenibles (ODS 12). Los países más avanzados también se enfrentan a grandes retos y deben contribuir activamente para conseguir un mundo mejor y más sostenible al alcanzar el bienestar mundial a través de los 17 ODS.



## OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE

17 OBJETIVOS PARA TRANSFORMAR NUESTRO MUNDO

6 AGUA LIMPIA Y SANEAMIENTO



14 VIDA SUBMARINA



## EVENTOS CIEAH

### REUNIÓN DE EXPERTOS EN HIDRATACIÓN Y SOSTENIBILIDAD

Los días **12 y 13 de mayo de 2018** se celebrará en Bilbao una **Reunión de Expertos sobre "Hidratación y Sostenibilidad"**. Dicha reunión está organizada por la CIEAH, en colaboración con la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC), la Fundación Española de Nutrición (FEN), la Fundación para la Investigación Nutricional (FIN) y el CIBER Fisiología de la Obesidad y Nutrición y contará con la participación de un grupo multidisciplinar de expertos del ámbito nacional, con el objetivo de aunar esfuerzos colectivos para promover el uso sostenible del agua en el marco de la Agenda 2030 de los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Organización de las Naciones Unidas. Este evento se desarrollará como una actividad previa a la celebración del **III CONGRESO INTERNACIONAL y V NACIONAL DE HIDRATACIÓN**, previsto celebrarse en Bilbao del 13 al 15 de Mayo.



## REUNIÓN DE EXPERTOS

"HIDRATACIÓN Y SOSTENIBILIDAD"

Lugar: KOMENTU MAITEA (GÓRDEXOLA-BIZKAIA)

Fecha: 12-13 de Mayo de 2018

COORDINADORES:

**Javier Aranceta Bartrina**, Presidente del Comité Científico de la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC), Grupo de Fisiología de la Alimentación y Nutrición Aplicada, Departamento de Fisiología, Facultad de Medicina, Universidad del País Vasco (UPV/EHU).

**Luis Serra Majem**, Presidente de la Cátedra Internacional de Estudios Avanzados en Hidratación (CIEAH), Director del Instituto Universitario de Investigaciones Biomédicas y Sanitarias, Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.

Entidades organizadoras:



## NOTICIAS CIEAH

### SESIÓN CIENTÍFICA DE LA CIEAH EN LA REAL ACADEMIA EUROPEA DE DOCTORES DE BARCELONA “HIDRATACIÓN Y SALUD EN LA EUROPA DEL SIGLO XXI”.

Coincidiendo con el Día Mundial del Agua, que se celebró el 22 de marzo de 2018, y con el objetivo de lograr una mayor concienciación entre la población sobre la importancia de mantener una hidratación adecuada, la CIEAH organizó una sesión científica sobre “Hidratación y Salud en la Europa del siglo XXI”, en la Real Academia Europea de Doctores (RAED) de Barcelona. El acto fue moderado por la Profa. Dra. María dels Àngels Calvo Torras, Presidenta de la Sección Ciencias de la Salud de la RAED y contó con la presencia del Prof. Dr. Lluís Serra Majem, Director de la CIEAH y Catedrático de Medicina Preventiva y Salud Pública de la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria (ULPGC), quién expuso sobre la evidencia científica del binomio hidratación y salud, poniendo de manifiesto los

desafíos actuales de la gestión del agua en todos los sectores. Por su parte, el Prof. Dr. Javier Aranceta Bartrina, Director para Latinoamérica de la CIEAH, nos habló sobre las pautas de hidratación en las guías alimentarias nacionales e internacionales. La sesión contó también con la presencia del Dr. Rafael Urrialde de Andrés, Director de Nutrición y Salud Coca Cola Iberia, quien abordó la visión de la industria con su presentación “El agua y otros ingredientes en el proceso de hidratación.” El cierre de la sesión estuvo a cargo de D. Faustino Muñoz Soria, Sumiller y Director del Colmado Quílez, con su ponencia “El agua en la cocina y en la restauración.” Puedes acceder a la información completa de la sesión en nuestra web:

[cieah.ulpgc.es/es/barcelona-2018](http://cieah.ulpgc.es/es/barcelona-2018)



## ¿QUÉ HAY DE NUEVO?

EDICIÓN ESPECIAL DE LA REVISTA BEVERAGES: “INGESTA DE BEBIDAS EN GRUPOS DE POBLACIÓN VULNERABLE”

La Dra. María Kapsokefalou miembro del Comité Científico de la CIEAH, como editora invitada del número especial de la revista Beverages, los invita a contribuir con manuscritos para este número especial titulado “*Ingesta de bebidas en grupos de población vulnerable*”.

En esta edición especial se presentarán nuevos enfoques y nuevos datos que permitirán reducir la brecha de información y aumentar la conciencia sobre la importancia del consumo de bebidas en niños, mujeres embarazadas o lactantes, personas con discapacidades físicas o mentales, ancianos, minorías étnicas, refugiados y/o personas en condiciones de pobreza.

Puede encontrar información detallada sobre este número especial en el siguiente enlace:

[www.mdpi.com/journal/beverages/special\\_issues/Beverages\\_Intake\\_Vulnerable\\_Population](http://www.mdpi.com/journal/beverages/special_issues/Beverages_Intake_Vulnerable_Population)



an Open Access Journal by MDPI

