

1.RESUMEN EDITORIAL

Actividad física y Nutrición en la mujer, es nuestra última edición del año. Ha sido un año complejo en estadísticas de salud, nutrición y alimentación, sin dejar de lado el medio ambiente. Por lo que la actividad física y alimentos como la miel, son los protagonistas de esta edición con un abordaje en la mujer. Las mujeres son el grupo en quienes se presenta un aumento de las enfermedades crónico degenerativas y el cáncer, siendo uno de los principales factores causales la obesidad y el sobrepeso, motivo por el que acompañar con recomendaciones, en etapas como en el *climaterio y la menopausia*, pueden dar sentido a poner un mayor énfasis en la salud de la mujer, a través de brindar información basada en evidencia científica, acerca de ¿cuáles son las principales razones por las que se acelera o denota en etapas como el Climaterio , varios de los padecimientos en la mujer. Es así que el artículo titulado “*Cáncer en la mujer: Recomendaciones dietéticas y de actividad física*” aborda las principales recomendaciones en actividad física y alimentación en mujeres con algún tipo de cáncer como es el de mama y cervicouterino y, si bien es uno de nuestro artículos finales el titulado “*Tratamiento nutricio y actividad física en la etapa del climaterio y menopausia*”, donde se menciona que una etapa de cambios tan acelerados como es el climaterio, es donde más acompañamiento y prevención requieren las mujeres. Brindar recomendaciones como el tipo y fuente de endulzantes como el de la miel, hace la diferencia en los beneficios que se pueden lograr. El artículo de “*la miel. Sus propiedades nutrimentales y beneficios*” se integra información sobre la importancia de este alimento cuya calidad de azúcar no es comparable con endulzantes como es el jarabe de maíz alto en fructosa; por otro lado, conocer como identificar la calidad de una miel se puede correr el riesgo de adquirir una miel adulterada o adicionada con azúcares, por ello saber seleccionar una miel y sus beneficios, sugerencias de cuánto y con qué consumirla es importante.

Por otro lado, si queremos seguir degustando de una rica miel, es importante saber que lograr una seguridad alimentaria es clave (como fue mencionado al inicio de este resumen) en el cuidado y preservación de un medio ambiente sano, que para ello las políticas públicas que impulsen los gobernantes o políticos debe ser de conocimiento por la ciudadanía, por ello el artículo sobre “*Perspectivas y diferencias conceptuales entre seguridad alimentaria, gobernanza y soberanía alimentaria*”, vincula acciones desde la política pública que coadyuvan a través de apropiar la ciencia y la evidencia de las principales enfermedades que se presenta en un país así como de sus soluciones.

Finalmente les dejamos con el apartado de noticias que esta edición, se ha compartido la reseña de dos eventos, a) Reseña del 14° Foro Internacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional (FISANUT) y 8a Cátedra de Nutrición y b) Reseña del 2° Congreso de Profesionistas del Estado de Guanajuato donde el Colegio de Nutriólogos de León recibió dos reconocimientos, así como la noticias tradicionales. Gracias por su preferencia estimada y estimado lector, cerramos no son antes desearle felices fiestas de parte del equipo Editorial de la REDICINAYSA.

Dra. Rebeca Monroy Torres. Directora Fundadora de la REDICINAYSA