

Oftalmología Culinaria: de comer por los ojos a comer para los ojos

Un centenar de oftalmólogos de referencia se reúnen en Basque Culinary Center en la presentación de una iniciativa innovadora, con el apoyo de OmniVisión Farma

"Comer por los ojos" es una expresión clásica con ciertos tintes negativos que alude a la vinculación entre la vista y la alimentación, y que ahora se quiere transformar en una acepción más positiva y beneficiosa para la salud. Un reputado equipo de nutricionistas e investigadores del BCC Innovation, centro tecnológico en gastronomía de Basque Culinary Center, (BCCI), en colaboración con el catedrático José Manuel Benítez del Castillo, han hecho realidad un proyecto innovador. Se ha presentado en la sede del Basque Culinary Center (en Donostia-San Sebastián) el libro "Nutrición y Oftalmología Culinaria. Enfermedad de Ojo Seco", que cuenta con el apoyo de OmniVisión Farma.

Junto al Prof. Benítez del Castillo, que actualmente preside la Sociedad Española de Oftalmología (SEO), han participado en la elaboración este trabajo clínico, de investigación y divulgación la Dra. María Arrizabalaga, la Dra. Usune Etxeberria y el chef investigador Nahuel E. Pazos. Fruto de la sinergia entre este experto mundial en enfermedad de ojo seco y una institución de vanguardia en investigación gastronómica, se ha logrado crear un manual divulgativo y distintivo que recoge desde la descripción de la problemática que plantea actualmente esta enfermedad ocular, la identificación de los nutrientes beneficiosos y perjudiciales o la indicación de los alimentos que los contienen, hasta propuestas de recetas y técnicas beneficiosas para su cocinado. Todo ello bajo una premisa esencial: la nutrición es un factor clave en la prevención y tratamiento de la enfermedad de ojo seco.

Comer bien, bueno para la vista

El trabajo generado se fundamenta en las bases de la denominada Medicina Culinaria, un concepto que aúna la ciencia de la nutrición y la medicina con las artes culinarias o la ciencia culinaria. "Es un campo emergente, que surgió en Estados Unidos, donde la gastronomía se sitúa como un canal para empoderar y educar a las personas para promover su salud y prevenir el desarrollo de enfermedades, sobre todo crónicas", explica Usune Etxeberria, investigadora en el Área de Salud y Gastronomía en BCC Innovation.

La obra se estructura en dos partes bien diferenciadas. La primera tiene un perfil más clínico, abordando aspectos esenciales de la enfermedad de ojo seco y también su relación con ciertos nutrientes, en base a la evidencia científica existente. Ya en un segundo apartado, desarrollado por BCC Innovation (concretamente, por dos doctoras e investigadoras en el ámbito de la alimentación y la salud y por un chef investigador del Centro), se aportan pinceladas de cuáles deberían ser las características de una alimentación saludable y qué relación tiene esto con la enfermedad de ojo seco y, por último, entroncando con el concepto de Medicina Culinaria y la promoción de una alimentación saludable, se trasladan esas recomendaciones nutricionales al plato.

Esta obra contiene un recetario con ideas de desayunos, de comidas, de cenas, de snacks y de bebidas que, en definitiva, plasman muchas recomendaciones nutricionales al ámbito culinario, para

que los pacientes tengan ideas sobre cómo aplicarlas en su día a día. En total, se recogen 23 recetas elaboradas ad hoc, basadas en la información clínica actual sobre el ojo seco y las evidencias científicas existentes sobre los nutrientes y el efecto de las técnicas culinarias, recogidas por expertos de BCC Innovation.

Como subraya el Prof. Benítez del Castillo, "tener buena salud ocular no sólo es compatible y depende de comer bien, sino que también esto se puede hacer de forma divertida". Es más, como indica el presidente de la SEO, "comer bien es bueno para la vista: la alimentación y una buena nutrición son esenciales no sólo para la superficie ocular, sino también para otras partes del ojo como, por ejemplo, la retina o el cristalino". Según su definición, "con la Oftalmología Culinaria lo que defendemos es la idea de cuidar los ojos también comiendo bien".

En esta misma línea, Usune Etxeberria, admite que "comer bien es crucial para asegurarnos una buena visión. Es un elemento que no podemos dejar de lado, sobre todo para poder identificar bien qué nutrientes/alimentos tienen un efecto pro-inflamatorio o antiinflamatorio y conocer la mejor forma de cocinarlos".

Una alianza muy provechosa

Ante las dificultades que los propios oftalmólogos tienen para recomendar a sus pacientes productos óptimos para su salud visual, y con el objetivo de facilitarles también recetas sencillas y prácticas, este libro aporta algunas ideas y consejos.

"Esta realidad indiscutible nos ha animado a aportar nuestra experiencia en el estudio de la enfermedad de ojo seco a una iniciativa pionera de colaboración con expertos en gastronomía de BCC Innovation para, de forma conjunta, elaborar una guía de alimentación que sea de utilidad como complemento importante en el manejo de esta frecuente enfermedad", indica el catedrático Benítez del Castillo. A su juicio, "esta iniciativa, impulsada por Edyte Farma con el apoyo de OmniVision, favorece la colaboración entre distintos agentes del sector salud y constituye un claro ejemplo de la importancia de la adecuada atención a los estilos de vida como elemento fundamental coadyuvante en la prevención y tratamiento de muy diversas enfermedades".

Esta obra se basa en los conocimientos más actuales que existen sobre la salud de la superficie ocular, el ojo seco y los resultados de la iniciativa Tear Film & Ocular Surface Society (TFOS), "lo que aporta una visión innovadora, dado que nos centramos en una enfermedad ocular específica y aplicamos los conocimientos más recientes", asegura el Prof. Benítez del Castillo, quien reconoce que "la primera persona que hizo un libro sobre la relación entre alimentación y el ojo fue el Dr. Javier Mendicute, en 2009".

Además, este experto considera que "sin la ayuda de OmniVision no podría haberse llevado a cabo este ambicioso proyecto", asegura el Prof. Benítez del Castillo, que resalta cómo "esta compañía, de reciente presencia en España, se diferencia por ir más allá de lo habitual en la colaboración con el desarrollo de la Oftalmología en nuestro país". Desde BCCInnovation también se destaca "haber podido colaborar, de la mano de OmniVision y Edyte Farma, con el Prof. José M. Benítez del Castillo en la creación conjunta de una obra que aúna el saber científico-médico actual junto a nuestra aportación

como expertos en gastronomía saludable".

Como resalta el General Manager de OmniVision Farma España, Enric Turmo, "la implicación en este libro se inscribe dentro de nuestro interés por acercarnos al colectivo de profesionales de la Oftalmología en España de una manera diferente, innovadora, siguiendo la filosofía de la compañía". Es más, según anuncia, "esta ambiciosa presentación en el BCC es la primera edición de una serie de reuniones con especialistas de referencia en nuestro país, que girarán alrededor de diferentes temas de interés en el campo de la Oftalmología".

Innovación que fusiona salud y gastronomía

En el Área de Salud y Gastronomía de BCC Innovation se asume el poder que tiene la cocina como un vehículo para promover la salud. "En el Centro Tecnológico en Gastronomía de Basque Culinary Center trabajamos en diferentes proyectos de investigación para promover la salud de la población y mejorar la calidad de vida de aquellas personas que ya sufren algún tipo de patología", indica Usune Etxeberria. En concreto, se trabaja en la personalización de la gastronomía y, para ello, se realizan intervenciones nutricionales-culinarias dentro del enfoque de Medicina Culinaria, aportando educación nutricional y entrenamiento culinario a la población, "porque sabemos que las técnicas culinarias que utilizamos pueden ejercer un efecto sobre la salud a través de la formación de diferentes compuestos, y también vemos la necesidad de facilitar que las personas puedan trasladar las recomendaciones a la práctica cotidiana, a su día a día", afirma la profesora e investigadora de BCC Innovation.

El BCC Innovation tiene una visión audaz y apasionada: "creemos firmemente que la gastronomía y la cocina son poderosos canales para promover la salud y el bienestar de las personas", señala María Arrizabalaga López, investigadora en el Área de Salud y Gastronomía en BCC Innovation. Y continúa afirmando que "nos inspira la convicción de que los alimentos no sólo son una fuente de nutrición, sino también un medio para conectar con nuestras raíces, nuestras tradiciones y nuestro bienestar general".

A través de su labor, se pretende derribar la barrera entre la gastronomía y la salud, uniendo a chefs, médicos, dietistas-nutricionistas y otros profesionales de la salud en una alianza única y colaborativa. La constante evolución de la investigación científica ha desvelado un nuevo horizonte en la intersección de la nutrición y la gastronomía: la medicina culinaria. Según resalta María Arrizabalaga, "podemos aprovechar la gastronomía como una herramienta poderosa para promover una alimentación saludable y satisfactoria y, en última instancia, mejorar nuestra calidad de vida".

Sobre OmniVision

OmniVision es una compañía farmacéutica especializada que cuenta con 20 años de experiencia, posicionándose en estos momentos entre las empresas líderes en Oftalmología en Alemania, con filiales también en Austria, Suiza e Italia. Hace poco más de 1 año culminó su plan de expansión en Europa con la creación de su filial en España. Esta empresa familiar e innovadora desarrolla y comercializa productos oftálmicos de máxima calidad, con el propósito de ofrecer soluciones terapéuticas a sus pacientes. La calidad, la cooperación y la responsabilidad son los principales valores corporativos de esta empresa.

Datos de contacto:

Paco Romero
Comunicación
639.64.55.70

Nota de prensa publicada en: [San Sebastián](#)

Categorías: [Nacional](#) [Medicina](#) [Nutrición](#) [Gastronomía](#) [País Vasco](#) [Infantil](#) [Bienestar](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>