

Aumenta el interés por recibir asesoramiento nutricional en la era post COVID en España

[Multimedia](#)

Fivestars Fitness informa de que el 32 % de la población española realiza en la actualidad más ejercicio físico que antes de la pandemia y se ha percibido un importante aumento en el número de pacientes que asisten a consultas de nutricionistas tras la pandemia

La llegada del coronavirus paralizó para un gran número de personas de todo el mundo su rutina de ejercicio físico. Sin embargo, ese interés por el cuidado del cuerpo y la alimentación ha vuelto a ser una prioridad para muchos ciudadanos y deportistas tras la época de confinamiento.

Según datos de la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria, el 32 % de la población española realiza en la actualidad más ejercicio físico que antes de la pandemia, mientras que la Academia Española de Nutrición y Dietética ha percibido un “importante aumento” en el número de pacientes que asisten a consultas de los nutricionistas post pandemia, principalmente por el aumento de peso, como asegura su presidente, Giuseppe Russolillo.

Según un estudio realizado por el Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud de FAD, el 37 % de la población española de entre 15 y 29 años admitió haber adoptado nuevas tendencias de comida saludable durante los peores meses de la pandemia, un hecho que ha reforzado el interés de los jóvenes por la alimentación.

Estos factores están haciendo que aumente el interés de la población en recibir asesoramiento nutricional, tanto por la vuelta a los gimnasios como por el deseo de querer controlar lo que se ingiere o el miedo a ganar peso. Además, las nuevas tecnologías facilitan el asesoramiento de expertos de nutrición y la formación en línea, un método que llevan a cabo empresas españolas como [Fivestars International Graduate School](#) que ofrece cursos y [congresos](#) online además de presenciales.

“La empresa española Fivestars IGS invierte en educación telepresencial con docentes elegidos en diferentes países del mundo para abordar la enseñanza con estudios y avances científicos recientes, de este modo nuestros alumnos tendrán una ventaja competitiva al estar a la última” mencionó Javier Céspedes, responsable académico de Fivestars IGS.

Los asesores nutricionales han jugado un papel clave durante el confinamiento alertando a la población de los riesgos derivados de una mala alimentación y

ésta se ha concienciado de que tiene que estar bien informado en lo que come para proteger su sistema inmunológico, con más importancia si cabe en las personas que han padecido coronavirus y que tienen secuelas físicas.
