



PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN
Y SALUD DE LA FUNDACIÓN
ESPAÑOLA DEL CORAZÓN



LA ENFERMEDAD CARDIOVASCULAR: PREOCUPACIÓN SOCIAL Y REALIDAD EMPRESARIAL

Primera causa de muerte en España y en el mundo. Emergencia social

Las enfermedades cardiovasculares son la primera causa de muerte en todo el mundo y las causantes de que cada año fallezcan 17,5 millones de personas, según la Organización Mundial de la Salud (OMS). Lo mismo ocurre **en nuestro país, donde son las responsables del 29,4% de los fallecimientos**, posicionándose así como primera causa de muerte en España según los últimos datos publicados por el Instituto Nacional de Estadística (INE), situándose por delante del cáncer (26,4%), de las enfermedades del sistema respiratorio (12,3%) o de los accidentes de tráfico.*

PREVISIONES E IMPACTO FUTURO

Una tendencia imparable

Para el año 2030 la previsión de la OMS es que el número de muertes por enfermedades cardiovasculares alcance los 25 millones en todo el mundo.

La FEC se ha sumado al reto mundial coordinado por la World Heart Federation (WHF) de reducir estas cifras al 25% en el año 2025.

CÓMO PREVENIRLAS

Las enfermedades cardiovasculares en un 80% de los casos pueden prevenirse, siguiendo un estilo de vida saludable, lo que implica de manera principal una alimentación equilibrada y la práctica regular de ejercicio físico.

La prevención en el ámbito cardiovascular además de salvar vidas, contribuye notablemente a mejorar las condiciones de vida de las personas.

*Fuente: INE 2013. OMS 2015

FUNDACIÓN ESPAÑOLA DEL CORAZÓN

La **Fundación Española del Corazón (FEC) (1967)** es una entidad sin ánimo de lucro declarada de utilidad pública, de carácter nacional y promovida por la **Sociedad Española de Cardiología (SEC)**.

PRINCIPAL OBJETIVO

Su principal objetivo es **sensibilizar** sobre la importancia de la prevención de las enfermedades del corazón **e informar y formar** a la población, a través de campañas de divulgación sobre la adopción de hábitos saludables de vida que permitan reducir el riesgo cardiovascular.

Asimismo, la FEC **fomenta** y apoya al desarrollo de **la investigación cardiovascular en España** mediante la concesión de becas a proyectos de investigación básica y clínica en cardiología.

Ambas entidades (SEC-FEC), que cuentan con más de **4.000 miembros** entre cardiólogos, profesionales de enfermería afín, entidades privadas y socios particulares, se han convertido en el **referente en castellano de la lucha contra la enfermedad cardiovascular, primera causa de muerte en nuestro país**.

¿QUÉ ES EL PASFEC?

El programa parte de la **premisa** de que **en la sociedad actual**, bien por cuestiones de formación, de pragmatismo y/o económicas **sería prácticamente imposible evitar el consumo de productos procesados**.

Por este motivo es cada vez más necesaria la **formación** en los elementos más perjudiciales para la salud para que se limiten en lo posible; la **información** sobre el contenido de los mismos en los productos y su comparativa respecto a otros que pueda existir en el mercado para que los identifique el consumidor; y el **incentivo** a las empresas que los producen y comercializan para que investiguen en la sustitución y minimización de dichos elementos. Todo ello partiendo de la libertad del consumidor bien formado e informado para hacer su elección.

Únicamente se excluyen algunos alimentos o categoría de productos como el alcohol, bollería industrial

PRINCIPALES OBJETIVOS:

Sensibilizar a la población sobre la importancia de seguir una alimentación variada y equilibrada y dar a conocer aquellos elementos nutricionales contenidos en los alimentos que afectan a la salud cardiovascular. Derivado de este objetivo principal, el Programa pretende:

- **Facilitar al consumidor** una referencia para la **identificación de los productos más saludables o menos perjudiciales** basándose en criterios objetivos establecidos previamente por un Comité de expertos.
- **Incentivar a la industria** a que **desarrolle productos menos perjudiciales para la salud**.

La identificación con los sellos del programa destaca a unas referencias frente a otras de su misma categoría, lo que pretende ser también un incentivo para la industria en la investigación y mejora de los ingredientes de cada alimento.

La extensión del programa repercutirá de forma positiva en el riesgo cardiovascular de la población. Así, en un período de tiempo razonable, y al igual que se ha llevado a cabo en otros países, se podrá realizar la medición del efecto beneficioso en la salud basándose en la disminución o eliminación de los nutrientes más negativos.



LAS CONSIDERACIONES DE PARTIDA

1. La FEC siempre recomienda seguir una dieta variada y equilibrada y un estilo de vida saludable que deben ser considerados además de los comúnmente reconocidos como saludables sobre los que siempre se insistirá en promover su consumo.

2. El PASFEC es un programa de prevención, dirigido a toda la población (personas sanas). Las personas que tengan cualquier condición dietética especial o padezcan cualquier tipo de enfermedad, deberán seguir siempre las indicaciones de un profesional de la salud.

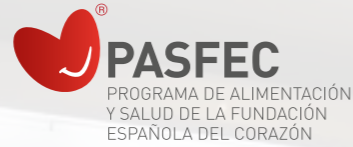
3. La FEC señala las cantidades máximas (caso de nutriente negativo) y mínimas (caso de nutriente positivo) a consumir siguiendo las recomendaciones de las autoridades sanitarias.

Las cantidades de nutrientes asumidas y/o definidas por el Comité Científico tienen en consideración la aportación por ración a esos máximos y mínimos.

Sello de Adhesión al Programa



Sello a utilizarse de manera opcional como Producto adherido a:



DERECHO DE UTILIZACIÓN DEL LOGO, en los siguientes casos:

1. Si cumple con los **criterios específicos por categoría de alimento** establecidos por el Comité Científico de la FEC. Estos criterios se han establecido analizando los **componentes que afectan** directamente a la salud cardiovascular como son **grasas totales, grasas saturadas, grasas trans, sal y azúcar, para que el producto resulte menos perjudicial para el corazón**. Se han definido unos límites máximos que no se deben superar en cualquier caso. Adicionalmente se han incorporado **2 parámetros** no restrictivos pero sí recomendables para la salud cardiovascular como son la **fibra y los ácidos grasos omega 3**, para el caso que los alimentos hayan sido enriquecidos con ellos.

2. Aquellos productos que **sin ser considerados saludables en esencia contienen una mejor composición nutricional en términos de salud cardiovascular**, por:

- Contener algún nutriente específico (betaglucano de avena, potasio, polifenoles de aceite de oliva, etc.) o
- por tener una composición menos perjudicial respecto al resto de productos de su misma categoría , con reducción de sal (más de 25%) , grasas y azúcar (más de 30%).

El Comité Científico observa asimismo que las desviaciones sobre los parámetros fijados por la FEC para los nutrientes que afectan la salud cardiovascular en forma directa no sean excesivos.

En ambos casos, se deberá incluir una declaración de propiedades saludables relacionadas con la salud cardiovascular y que cumpla con el Reglamento Europeo vigente. El Comité Científico ha realizado una selección de aquellas declaraciones de propiedades saludables que tienen incidencia directa en la salud cardiovascular, establecidas en el Reglamento Europeo.

El periodo de utilización del sello al programa es de como mínimo un año y se limita exclusivamente al producto evaluado.

Comité Científico de Nutrición de la Fundación Española del Corazón

La Fundación Española del Corazón (FEC) cuenta con un Comité Científico de Nutrición, integrado por profesionales expertos en el ámbito de la salud pública, la nutrición y la cardiología; se ocupa de todo lo que se refiere al ámbito de la alimentación saludable y la nutrición, y de manera especial del asesoramiento científico del Programa de Alimentación y Salud de la FEC (PASFEC). Este Comité ha sido el encargado de establecer los criterios y fundamentos científicos del mismo, así como de evaluar las propuestas de adhesión de productos recibidas en base al estudio y al análisis de la composición de los productos recibidos.

El Comité examina de manera periódica los criterios aplicados en función de nuevas investigaciones o hallazgos en materia de alimentación, nutrientes y productos; de posibles cambios legislativos; o de la adopción de nuevos criterios que a juicio de los expertos se pueden acometer por la industria para que de manera paulatina incida positivamente en la salud cardiovascular de la población.

Asimismo, el programa cuenta con asesoramiento legal permanente de otras empresas en diferentes ámbitos.

¿Qué hace la FEC con los fondos que recibe de las empresas que colaboran con ella?

Los fondos que obtiene la FEC de cualquier empresa o particular siempre son destinados a la consecución de los fines fundacionales.

El principal objetivo de la fundación es sensibilizar sobre la importancia de la prevención de las enfermedades del corazón e informar y formar a la población a través de **campañas de divulgación** sobre la adopción de hábitos saludables de vida que permitan reducir el riesgo cardiovascular.

Asimismo, la FEC fomenta y apoya al desarrollo de la investigación cardiovascular en España mediante la concesión de **becas a proyectos de investigación básica y clínica en cardiología**.

**Fundación Española del Corazón
Equipo de comercialización del Programa PASFEC**

Secretaría General del Programa
Teléfono: 91 724 23 70
E-mail: pasfec@fundaciondelcorazon.com

C/Nuestra Señora de Guadalupe, 5 y 7.
28028 - Madrid



PASFEC

PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN
Y SALUD DE LA FUNDACIÓN
ESPAÑOLA DEL CORAZÓN



FUNDACIÓN
ESPAÑOLA DEL
CORAZÓN