

Adenyd y el IIAS firman un acuerdo para concienciar a la sociedad de la importancia de un estilo de vida saludable

Seguir unas pautas de alimentación e hidratación equilibradas y adecuadas constituyen el aspecto más esencial para disfrutar de los beneficios de un buen estado de salud. La importancia de que esta idea se convierta en un hábito saludable para la sociedad han dado como fruto el Acuerdo de Colaboración firmado esta semana entre la Asociación de Enfermeras en Nutrición y Dietética (Adenyd) y el Instituto de Investigación Agua y Salud (IIAS).

Según Carmen Salinas, presidenta de ADENyD *“el objetivo de esta iniciativa es el de establecer un marco general de colaboración entre ambas entidades para la realización de proyectos y acciones conjuntas que conciencien a la sociedad acerca de la importancia de la hidratación como un elemento clave dentro de un estilo de vida saludable”*.

Por su parte, el Dr. Francisco Maraver, presidente del Comité Científico del IIAS afirmó que *“queremos trabajar para inculcar y fomentar en la sociedad una Cultura de la Hidratación para llevar a cabo un estilo de vida saludable”, añadiendo que “una alimentación variada y equilibrada, unas pautas adecuadas de hidratación y la práctica de actividad física moderada juegan un papel primordial”*.

Con la firma de este acuerdo, tanto la Adenyd como el IAIS se comprometen a llevar a cabo las siguientes tareas:

- **Colaborar en la edición y difusión de la “Guía de Hidratación”** , a través de la aportación de contenidos, revisión de los mismos, difusión en sus canales de información, etc.
- **Intercambio de información científica y relevante**, recíprocamente, sobre la hidratación y sobre los beneficios de las aguas minerales naturales como producto alimentario.
- **Generación de contenidos** relacionados con la Cultura de la Hidratación, como: datos, estudios, consejos de buenas prácticas, recomendaciones, materiales pedagógicos, etc.
- **Apoyo para la difusión**, tanto de las actividades que desarrollen ambas entidades, como de los contenidos generados en los distintos canales, tanto propios (redes sociales, página web, etc.) como externos; y en diferentes soportes (vídeos, ilustraciones, infografías, etc.).

Por tanto, ambas entidades trabajarán para seguir avanzando, conjuntamente, hacia un futuro más saludable, en el que la Cultura de la Hidratación forme parte del día a día de toda la sociedad.