

Consejos dietéticos y nutricionales en la prensa española

Dietary and Nutritional Advice in the Spanish Press

Teresa Alzate Narváez^{1*}

¹ Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad de Almería (UAL), Almería.

Fecha de recepción: 08/06/2012 – Fecha de aceptación: 15/11/2012

Resumen

Introducción: En España, la concentración de medios se traduce en una marcada tendencia hacia la homogeneidad de la información; la nutrición pocas veces tiene un espacio específico pero el continuo interés de la opinión pública por la nutrición y dietética ha provocado que los medios de comunicación ofrezcan cada vez más contenidos nutricionales relacionados con la salud dentro de sus publicaciones. **Objetivos:** El presente artículo tiene como propósito llevar a cabo un análisis descriptivo de los contenidos nutricionales que se han publicado en los periódicos de tirada nacional de España: El País, el Mundo, ABC y el periódico regional la Voz de Almería. **Métodos:** Se trata de un estudio descriptivo, para el cual se analizaron las publicaciones de los periódicos El País, Mundo, ABC y La voz de Almería durante dos semanas, seleccionadas de forma aleatoria. **Resultados:** Se encontró que de 4954 páginas analizadas, solo 18,5 presentaban contenidos dietéticos nutricionales relacionados con la salud. La sección en donde más contenidos aparecían era en la de Cultura, y la media de páginas dedicada a dichos contenidos era de 0,5. **Conclusiones:** La prensa no ofrece diariamente contenidos dietéticos nutricionales, destacando la mayor parte de la información en suplementos y en la sección de “crónica”. En el apartado de autores presenta déficit, ya que frecuentemente no aparecen ni el nombre del redactor ni su especialización.

Palabras clave: salud; nutrición; dietética; prensa escrita; información; medios de comunicación.

Abstract

The spreading of dietary nutritional issues usually lacks a specific space, but the public's continuous interest in nutrition has triggered more and more dietary nutritional content in the media. In this paper, we aim at carrying out a descriptive analysis of the nutritional content published in a random two-week sampling of the daily Spanish written press, namely “El País”, “El Mundo”, “ABC”, and the local “La Voz de Almería”. Thus, out of 4,954 pages which have been scanned, only 18.5 offered their readers dietary nutritional content. Much of the information was included in the cultural section (“Cultura”), and the resulting overall average has been 0.5. It is concluded that the Press still shows both a lack of sufficient interest in these issues, and a failure in giving authority to the dietary reports and discussions, as the name of the author or reporter is frequently missing and his/her medical or nutritional training is not mentioned.

Key words: health; dietary; nutrition; information; media; Spanish written press

*Correspondencia: tereinsq@hotmail.com

Introducción

En España, la concentración de medios se traduce en una marcada tendencia hacia la homogeneidad de la información; la nutrición pocas veces tiene un espacio específico o un tratamiento independiente, o bien la información está servida por profesionales escasamente especializados. (Revuelta G, 2006)

Informes periodísticos defienden que los cambios de ingesta pueden repercutir en la elección dietética y creencias de salud de la población. Sin embargo, la base científica y calidad de evidencia que sustentan estos informes en muchos casos son dudosas.

Hoy en día, el creciente interés de la opinión pública por los temas relacionados con la nutrición hace necesario que se ofrezcan más y mejores contenidos en los medios de comunicación. Actualmente, se está percibiendo un incremento del interés hacia estas cuestiones por parte de la opinión pública española. Diversos estudios (Blanco Castilla et al, 2007) aparecidos en los últimos tiempos ponen de manifiesto que el interés de los españoles por los temas médicos ocupa uno de los lugares más altos entre la ciudadanía europea. Esto se debe a que la sociedad española tiene, cada vez más, una percepción exigente de su salud, y para que esto sea posible necesita mensajes que le den a conocer los estilos de vida saludables, y le inciten a su adquisición (Terrón Blanco, 2007).

Esta demanda ha provocado, en algunos medios de prensa escrita, que se incluyan dentro de secciones ya establecidas consejos dietéticos nutricionales, o simplemente publicidad relacionada con la nutrición. En otros, el lanzamiento de suplementos semanales les facilita esa introducción. A través de estos, los medios de información general disponen de mayor espacio y tiempo para abordar una parcela de la realidad social desde un tratamiento más profundo (González Borjas, 2004).

Sin embargo, hay que tener especial cuidado, ya que en ocasiones la información nutricional recogida en estos medios no es del todo rigurosa, pues el número de periodistas especializados en los grandes rotativos no ha variado, lo que representa una dificultad para mantener el nivel adecuado de calidad, rigor y profundidad en el tratamiento de la información. Ejemplo de ello son los datos obtenidos por una reciente investigación basada en los 57 diarios de mayor difusión en España, en la que se observó lo siguiente (De Semir et al, 2006):

- 1) El 33,3% de estos diarios tenían alguna sección periódica dedicada a la ciencia, salud o tecnología.
- 2) El 27% declaró no disponer de ningún redactor especializado en ciencia, salud o tecnología.
- 3) El nº de periodistas especializados oscilaba entre 1 y 4.

4) El 69% de los redactores encargados de cubrir la información científica, médica y tecnológica tenían una formación de periodismo, el 25% procedía de otras carreras del ámbito de las ciencias sociales y el 6% de ciencias experimentales (Revuelta, 2006).

Por tanto, no solo es importante lo que se escribe, sino quién lo escribe, pues es necesario que en informaciones de este tipo, que crean gran impacto en la sociedad, el contenido sea riguroso y de calidad.

Estos resultados hace plantearse un análisis de la situación informativa en la que nos encontramos en materia de nutrición relacionada con la salud, ya que, aunque aparentemente se ha evolucionado (como se observa en el Informe Quiral), existen todavía muchos matices que impiden que se haga un periodismo sanitario de calidad.

Este artículo pretende analizar la cobertura periodística sobre nutrición en la prensa escrita española, concretamente en los periódicos: el Mundo, el País, ABC y la Voz de Almería.

Objetivos

El propósito de este artículo es llevar a cabo un análisis descriptivo de los contenidos dietético-nutricionales que se han publicado en los periódicos de tirada nacional de España: El País, el Mundo, ABC y el periódico local la Voz de Almería.

Material y métodos

Este estudio persigue un objetivo descriptivo de observación de los contenidos dietéticos y nutricionales en cuatro periódicos: tres de tirada nacional, y uno local. La muestra estuvo formada por las publicaciones diarias del periódico El País, El Mundo, ABC, y La Voz de Almería desde el 27 de noviembre de 2011 hasta el 11 de diciembre de 2011, ambos inclusive, que suman un total de 60 ejemplares. El análisis consistió en la búsqueda de contenidos dietéticos nutricionales relacionados con la salud en estas ediciones, incluyendo gráficos, textos, estadísticas, y suplementos etc., teniendo en cuenta las siguientes variables: sección, páginas, autor.

Resultados

A continuación se muestran los resultados obtenidos.

Descripción de la muestra de estudio

PERIÓDICOS ANALIZADOS	60
Nº TOTAL DE PAGINAS	4954
PAGINAS CON CONTENIDOS DIETETICOS NUTRICIONALES	18.5
Nº DE ARTICULOS LOCALIZADOS	24

Tabla 1. Descripción de la muestra

Secciones

Las secciones de la que constan los periódicos son las siguientes:

MUNDO	ABC	EL PAIS	VOZ DE ALMERÍA
EM2/ ciencia	Cultura	Pantallas	Ocio
Deportes	Deportes	Sociedad	
Bolsa	Economía	El tiempo	Vivir
Otras voces	Editoriales	Economía	Salud
Obituarios	Enfoque	Opinión	Ciudad
Motor	España	Andalucía	Andalucía
Economía	Internacional	Obituarios	Breves
España	La tercera	España	Obituarios
Mundo	Opinión	Cultura	Opinión
Opinión	Publicidad	Internacional	Al día
EM2/cultura	Sumario, etc	Deportes	Deportes

Servicios	Televisión y radio	Obituarios	Investigación
Alimentación	Testimonios	Tendencias	

Tabla 2. Secciones de las que constan los periódicos

Sección	Cultura	Economía	Gente	Gastronomía	Opinión	Televisión
Contenido dietético nutricional			4	1		
Sección	Deporte	España	Internacional	Obituario	Sociedad	Publicidad
Contenido Dietético nutricional					1	

Tabla 3. Temas nutricionales relacionados con la salud en El País.

Sección	Cultura	Economía	Gente	Ciencia	Opinión	Alimentación
Contenido Dietético nutricional		1		2		1
Sección	Deporte	España	Internacional	Obituario	Sociedad	Crónica
Contenido Dietético nutricional						3

Tabla 4. Temas nutricionales relacionados con la salud en El Mundo.

Sección	Cultura	Economía	Gente	Ciencia	Opinión	Televisión
Contenido Dietético nutricional						
Sección	Deportes	España	Internacional	Obituario	Sociedad	Crónica
Contenido Dietético nutricional					1	1

Tabla 5. Temas nutricionales relacionados con la salud en ABC

Sección	Cultura	Economía	ciudades	Ciencia	Opinión	Televisión
Contenido dietético nutricional			4		1	
Sección	Deportes	España	Internacional	Obituario	Salud y bienestar	Crónica
Contenido Dietético nutricional			1		1	2

Tabla 6. Temas nutricionales relacionados con la salud en La Voz de Almería

Páginas

En cuanto a las páginas dedicadas a los consejos dietéticos nutricionales, se encontró que, en casi todos los casos, la información ocupa menos de 1 página, excepto en tres que llega a ocupar 1.5, y hasta un máximo de 2.5. También es significativo hacer mención al hecho de que en todos los periódicos analizados no siempre aparecen páginas dedicadas a los consejos dietéticos nutricionales relacionados con la salud. Sin embargo, hay que destacar que sí se

incorporan anuncios en páginas enteras sobre productos alimenticios encaminadas a la publicidad.

Temas

En la siguiente tabla se puede ver los temas dietéticos nutricionales relacionados con salud que aparecieron en los cuatro periódicos analizados durante los 15 días.

Tema	Nº veces	Tema	Nº veces
Beber agua para prevenir cáncer	1	La importancia de la luz en la dieta.	1
Cuerpo y alma	1	Cuando comer es la mejor medicina	1
Cuerpo y alma: 250 calorías menos	1	Medio ambiente prohíbe pescar en la balsa del sapo: la junta detecta intromisión clandestina de carpas.	1
El Kimchi conquista Europa	1	A falta de legumbres hortalizas de IV y V gama	1
La naranja convertida en el regalo de navidad más saludable	1	Lo que comemos muestra nuestro destino	1
La propiedad de los alimentos	1	Farmacéuticos se forman en los beneficios del vino	1
Lo ideal comer bien siempre	2	Endivia La fuente de salud y del sabor	1
Un análisis genético determina la predisposición a padecer obesidad: el análisis permitirá prevenir la obesidad con una pauta alimentaria correcta.	1	El consumo de nuevas drogas se abre paso en los adolescentes: setas alucinógenas	1
Navideño y sano	1	Los mil y un sabores del campo otoñal: las setas, desterrar falsos mitos.	1

Que al menos no den aspartamo a embarazadas y niños”	1	Frutos secos se te hará la boca agua	1
Se impone la vuelta a la cuchara	1	El Kiwi es la fruta más nutritiva	1
Un error habitual es ayunar tras el atracón, pero eso nos lleva a sufrir hambre y devorar sin pensar.	1		

Tabla 7. Temas relacionados con la nutrición en los 4 periódicos.

Discusión

Para finalizar, se analizan las variables estudiadas.

Sección: En cuanto a la parte de las secciones que forman el periódico, se encontró que no hay ninguna destinada a la nutrición, aunque en algunos suplementos si se pueden encontrar. Donde mayoritariamente aparecen consejos dietéticos nutricionales es en la sección de crónicas, seguida de la de ciudades, donde destaca el periódico la Voz de Almería. Resulta interesante subrayar que a nivel económico y de opinión aparecen algunas referencias a la nutrición relacionada con la salud. Y en secciones como cultura no se localizo ningún artículo.

Páginas: Las páginas que contenían informaciones dietético nutricionales apenas llegaban a una, siendo en la mayoría de los casos pequeños artículos, por lo que la información nutricional no ocupa un gran espacio dentro del periódico. Exceptuando un artículo perteneciente a un suplemento que supera las 2 páginas.

Autor: En el análisis de este medio de comunicación, uno de los principales déficits encontrados es el relacionado con el apartado de Autores: Apenas aparecen datos acerca de ellos y solo se pueden apreciar en 16 de los 24 artículos con consejos dietético nutricionales de los cuales dos repite autor por lo que resulta muy complicado poder analizar de dónde viene la información y quién es su redactor. Uno de los artículos pertenecía a una página web llamada “zespri.es”, y solo se ha podido hallar unas escasas referencias acerca de algunos redactores. Encontrando que son periodistas sin ninguna formación sanitaria.

Temas: En cuanto a los temas, se puede decir que el que más páginas ocupó fue el relacionado con la crisis: se impone la vuelta a la cuchara, seguido del tema relacionado con el consumo de aspartamo en mujeres embarazadas y niños. La nutrición en periodos de crisis podría constituir

un tema interesante de tratar en posteriores trabajos, ya que afecta a una parte importante de la población española actualmente y, por tanto, genera gran interés.

Conclusiones

Para concluir, aunque es evidente que los contenidos nutricionales van cada vez más en aumento en los medios de comunicación, esto no significa que dichos contenidos sean de calidad, pues en prensa escrita aún queda mucho camino por recorrer. Es importante no olvidar que a menudo se relaciona cantidad con calidad, lo que lleva a no ser críticos con la cantidad de información con la que diariamente se bombardea a la población. Se debe analizar la información, y para ello es necesario conocer quién la ofrece. Como hemos podido observar en el análisis a los periódicos, estos sí ofrecen contenidos nutricionales, aunque no de forma diaria; y presenta déficits a la hora de mostrar sus fuentes y rigurosidad, lo que no siempre signifique que la información no sea fundamentada.

El lector debe conocer las fuentes de forma que pueda discriminar entre un periodismo sanitario veraz y uno no tan riguroso al dar la información. No debemos olvidar que los medios de comunicación generan gran influencia sobre la sociedad. De esta forma se puede conseguir que la sociedad en general esté bien informada y, a la vez, tenga una vida más saludable.

Para mejorar la información sobre la salud se recomienda establecer plataformas informativas donde participen todos los sectores especializados y los medios de comunicación, fomentando el conocimiento mutuo de las distintas necesidades de cada grupo profesional, así como propiciando que se desligue al máximo la información, en materia de salud, de las presiones e influencias políticas.

Referencias

- De Semir, V. y Revuelta, G. (1997-2006). Medicina y Salud en la prensa diaria. Informe Quiral. Observatorio de la Comunicación Científica, Universitat Pompeu Fabra.
- De Semir, V. y Revuelta, G. (2006). La salud en el supermercado de la información. Humanitas, Humanidades Médicas.
- González Borjas, A. (2004). Salud, información periodística en alza. Ámbitos, 11-12, pp. 301-310.

- Revuelta, G. (2006). Salud y Medios de Comunicación en España. Gaceta Sanitaria, 20 (Supl. 1), pp. 203-208.
- Terrón Blanco, J.L. (2007). La comunicación para la salud en España, algunos apuntes. Eco-Pos, 10, 1, pp. 23-44.