



Revista Española de Nutrición Humana y Dietética

Spanish Journal of Human Nutrition and Dietetics

CARTA AL EDITOR – *post-print version*

This is the version accepted for publication. The article may undergo stylistic and formatting changes.

Formación en nutrición y dietética para la diversidad sexual y de género: ¿por qué es importante?

Training in Nutrition and Dietetics for Sexual and Gender Diversity: Why Is It Important?

Rafael Almendra-Pegueros^{a,*}, Patricio Pérez-Armijo^b, Giuseppe Russolillo Femenías^{c,d}

^a Departamento de Ciencias Básicas de la Salud, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Rey Juan Carlos (URJC), Alcorcón, Madrid, España.

^b Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Isabel I, Burgos, España.

^c Nutrición Humana y Dietética, Universidad de Mallorca ADEMA, Palma, España.

^d Academia Española de Nutrición y Dietética, Pamplona, España.

* rafael.almendra@urjc.es

Recibido: 09/07/2026; Aceptado: 14/07/2026; Publicado: 12/08/2026.

Editor asignado: Macarena Lozano-Lorca, Departamento de Medicina Preventiva y Salud Pública, Facultad de Medicina, Universidad de Granada, Granada, España. Instituto de Investigación Biosanitaria ibs. Granada, España. Centro de Investigación Biomédica en Red de Epidemiología y Salud Pública, Instituto de Salud Carlos III, Madrid, España.

CITA: Almendra-Pegueros R, Pérez-Armijo P, Russolillo Femenías G. Formación en nutrición y dietética para la diversidad sexual y de género: ¿por qué es importante?. Rev Esp Nutr Hum Diet. 2026; 30(4), e2920 doi: 10.14306/renhyd.30.4.2920 [ahead of print].

La Revista Española de Nutrición Humana y Dietética se esfuerza por mantener a un sistema de publicación continua, de modo que los artículos se publiquen antes de su formato final (antes de que el número al que pertenecen se haya cerrado y/o publicado). De este modo, intentamos poner los artículos a disposición de los lectores/usuarios lo antes posible.

The Spanish Journal of Human Nutrition and Dietetics strives to maintain a continuous publication system, so that the articles are published before its final format (before the number to which they belong is closed and/or published). In this way, we try to put the articles available to readers/users as soon as possible.

Esta obra está bajo una licencia de [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

Estimada Editora,

En el último número de 2022, el comité editorial de la Revista Española de Nutrición Humana y Dietética (RENHyD) presentaba cinco retos principales de la nutrición y la dietética en la diversidad sexual y de género¹, retos que, de forma transversal, abogaban por trabajar en la sensibilización de la comunidad LGTBQIA+ de los Dietistas-Nutricionistas (D-N) y otros profesionales de la salud mediante estrategias de educación continuada. Como respuesta, la Academia Española de Nutrición y Dietética (la Academia) ha impulsado desde 2024 la realización de seminarios web gratuitos que abordan tópicos enfocados en la sensibilización, la investigación y la atención de la comunidad LGTBQIA+, en respuesta a las particularidades del perfil de salud y nutrición ([Material suplementario, Tabla S1](#)). Con el objetivo de incrementar la participación de D-N en estas formaciones, se siguen estrategias publicitarias como publicaciones en redes sociales y el envío de boletines electrónicos.

Es precisamente en este escenario dónde nos hemos encontrado con comentarios y mensajes que en ocasiones ridiculizan la realización de estas actividades, a las y los participantes (panelistas y asistentes), se cuestionan los fundamentos científicos que sustentan la formación, alejados del debate académico mientras son acompañados con la falacia de la evidencia incompleta (*Cherry-Picking*), el uso de evidencia de mala calidad como *The Cass Review* del Reino Unido² y con discursos de adoctrinamiento ideológico; todo esto bajo una perspectiva de una supuesta superioridad moral ([Material suplementario, Figura S1](#)). Incluso cuando más del 70% de las y los sanitarios informan no haber recibido formación en materia LGTBQIA+ y consideran que estas actividades formativas deberían ser obligatorias e incluidas en el currículo universitario³, no sorprende que sean fuentes de estas opiniones infundadas.

Situación similar ha sido reportada por investigadores en temas LGTBQIA+, donde publicaciones en redes sociales enfocadas a incrementar la participación de la comunidad, se convierten en una oportunidad para comentarios discriminatorios y estigmatizantes ([Material suplementario, Figura S2](#)), reduciendo así la participación de la población en investigaciones que tienen como objetivo identificar y proponer soluciones a problemas que les aqueja⁴. A partir de estas realidades, en las siguientes líneas analizamos por qué es

importante hablar de nutrición y dietética para la diversidad sexual y de género y cuál es el papel de la formación continuada para lograr una práctica inclusiva.

En comparación con la población heterosexual, los individuos de la comunidad LGTBQA+, (con particularidades según las diferentes expresiones e identidades incluidas en el paraguas LGTBQA+), presentan mayor prevalencia de enfermedades como los desórdenes psiquiátricos, abusos de sustancias, e intento suicida; pero también de aquellas relacionadas con la alimentación y nutrición: como la obesidad, insatisfacción corporal, alteración de la conducta alimentaria y trastornos alimentarios; e inseguridad alimentaria y nutricional, lo que incrementa el riesgo a otras enfermedades crónicas no transmisibles (cardiovasculares, metabólicas y cáncer)^{1,5}. Este perfil de salud es resultado de la combinación entre las experiencias de homofobia, estigma y marginalización que vive la población, las particularidades sociales de la alimentación y nutrición; las dificultades para acceder a la atención de la salud (médica y nutricional), la falta de competencias en el personal sanitario que garantice una atención adecuada y adaptada a las realidades LGTBQA+ y su estilo de vida; y la insuficiente investigación en patrones alimentarios y necesidades nutricionales de grupos poblacionales específicos, como la población transgénero que requiere de atención en nutrición clínica especializada dada la complejidad de las intervenciones médicas en las terapias de afirmación de género^{5,6}.

Para conseguir que la atención a la salud y nutrición de la comunidad LGTBQA+ sea adecuada a su realidad, la formación del personal sanitario es el punto de partida; y no sólo formación en materia de atención a la salud, sino también formación con el objetivo de evitar sesgos, estigma y actitudes de discriminación hacia esta comunidad³. Mientras que a inicios de la década del 2020 una amplia mayoría del personal sanitario había reportado no recibir formación apropiada en materia de atención a la salud de la comunidad LGTBQA+, en el 2024, diversos organismos como el *American College of Physicians* reconocían la necesidad que los currículos universitarios de los sanitarios (médicos y otros profesionales de la salud) incluyeran formación especializada para atender la salud de la comunidad LGTBQA+ en todo el ciclo de vida; además de exhortar a todos los profesionales a mantener el acceso a intervenciones médicas de afirmación de género basadas en la mejor evidencia disponible

como respuesta a los cambios políticos que atentan al reconocimiento de la diversidad sexual y de género^{3,7}. Es importante añadir que tanto las adecuaciones del currículo universitario como la formación continuada con diversas estrategias didácticas han demostrado mejorar los conocimientos, actitudes y habilidades del personal sanitario en la atención de la comunidad LGTBIQA+, siendo necesario continuar la evaluación del impacto de estas estrategias formativas a largo plazo e identificar oportunidades de mejora⁸.

A pesar de las mejoras observadas con las estrategias formativas, se ha descrito que el tiempo destinado a esta formación no es suficiente y que son los profesionales no médicos (psicología, enfermería y nutrición) los que menos horas de formación especializada reciben⁹. En el caso particular de las y los D-N, son pocos los estudios que han abordado este campo; trabajos realizados fuera de España describen que existe una escasa presencia de contenidos LGTBIQ+ durante la formación universitaria y reconocen a esta carencia como incompatible con los principios de la atención centrada en la persona y a su vez como un área de oportunidad para mejora de los currículos universitarios y la estrategias de formación continuada, con el objetivo de lograr una nutrición y dietética inclusiva^{10,11}. Es así, que, el hablar de nutrición y dietética para la diversidad sexual y de género no es incluir supuestas “ideologías”, “modas”, o “correcciones políticas”; sino responder y brindar atención a las necesidades de la comunidad LGTBIQA+, de forma sensible, consciente y respetuosa de la realidad en la que cada integrante de la comunidad vive y se desarrolla con el único objetivo de reducir las desigualdades en salud de la población; que a su vez emplea estas estrategias de formación (profesional y continuada) como una herramienta que permita maximizar el impacto en la comunidad LGTBIQA+.

CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA

R.A-P, P.P-A, y G.R.F. contribuyeron a la redacción de la carta al editor. Todos los autores revisaron críticamente y aprobaron la versión final de este documento.

FINANCIACIÓN

Los autores/as declaran que no ha existido financiación para realizar este estudio.

CONFLICTO DE INTERESES

Los autores declaran que no existen conflictos de interés económico en la realización de esta carta al editor, pero se reconocen sensibles a las realidades del colectivo LGTBIQA+. R.A-P. y P.P-A. son editores asociados de la RENHyD. G.R.F. es presidente de la Academia Española de Nutrición y Dietética.

DISPONIBILIDAD DE DATOS

No existen datos desarrollados para esta carta al editor.

DECLARACIÓN DE USO DE INTELIGENCIA ARTIFICIAL

Los autores declaran que no se utilizaron herramientas de inteligencia artificial durante la elaboración, redacción o preparación de este manuscrito.

REFERENCIAS

- (1) Almendra-Pegueros R, Troncoso-Pantoja C, Fernández-Villa T, Gamero A, Pérez-Armijo P, Petermann-Rocha F, et al. Retos de la nutrición y la dietética en la diversidad sexual y de género. *Rev Esp Nutr Hum Diet.* 2022;26(4):242-5, doi: 10.14306/renhyd.26.4.1853.
- (2) Noone C, Southgate A, Ashman A, Quinn É, Comer D, Shrewsbury D, et al. Critically appraising the cass report: methodological flaws and unsupported claims. *BMC Med Res Methodol.* 2025;25(1):128, doi: 10.1186/s12874-025-02581-7.
- (3) Yu H, Flores DD, Bonett S, Bauermeister JA. LGBTQ + cultural competency training for health professionals: a systematic review. *BMC Med Educ.* 2023;23(1):558, doi: 10.1186/s12909-023-04373-3.
- (4) Rodriguez VJ, Peterson B, Benhayoun A, Liu Q. Digital Hostility Toward LGBTQIA+ Research Recruitment on Social Media Using Topic Modeling and Sentiment Analysis of Facebook Comments: Quantitative Content Analysis Study. *J Med Internet Res.* 2025;27:e79080, doi: 10.2196/79080.
- (5) Ferrero EM, Yunker AG, Cuffe S, Gautam S, Mendoza K, Bhupathiraju SN, et al. Nutrition and Health in the Lesbian, Gay, Bisexual, Transgender, Queer/Questioning Community: A Narrative Review. *Adv Nutr.* 2023;14(6):1297-306, doi: 10.1016/j.advnut.2023.07.009.
- (6) Rozga M, Linsenmeyer W, Cantwell Wood J, Darst V, Gradwell EK. Hormone therapy, health outcomes and the role of nutrition in transgender individuals: A scoping review. *Clin Nutr ESPEN.* 2020;40:42-56, doi: 10.1016/j.clnesp.2020.08.011.

- (7) Serchen J, Hilden DR, Beachy MW, Health and Public Policy Committee of the American College of Physicians. Lesbian, Gay, Bisexual, Transgender, Queer, and Other Sexual and Gender Minority Health Disparities: A Position Paper From the American College of Physicians. *Ann Intern Med.* 2024;177(8):1099-103, doi: 10.7326/M24-0636.
- (8) Damery S, Sekoni AO, Retzer A, Okafor I, Manga-Atangana B, Posaner R, et al. Impact of education and training on LGBT-specific health issues for healthcare students and professionals: a systematic review of comparative studies. *BMJ Open.* 2025;15(1):e090005, doi: 10.1136/bmjopen-2024-090005.
- (9) Wille L, Jewell T, Wolfe A, Peterson E, Shaughnessy A, Roblee C, et al. Insufficient LGBTQ+ education across disciplines suggested by national survey of health professionals in training. *PloS One.* 2025;20(1):e0316931, doi: 10.1371/journal.pone.0316931.
- (10) Joy P, Marie McSweeney-Flaherty J. Moving Dietetics Forward with Queer Pedagogy: A Post-Structural Qualitative Study Exploring the Education and Training Experiences of Canadian Dietitians for LGBTQ Care. *J Acad Nutr Diet.* 2022;122(10):1876-84, doi: 10.1016/j.jand.2022.02.011.
- (11) Sallaway-Costello J, Balhatchet D, Musson J. Training Dietitians to Champion LGBTQ+ Health: An Appreciative Inquiry of Dietetic Education in the UK. *J Crit Diet.* 2024;7(2):279-309, doi: 10.32920/jcd.v7i2.1994.