



#7

APRIFEL ORGANIZES THE 9TH EDITION OF EGEA CONFERENCE ON “DIET, FRUIT AND VEGETABLES, AND ONE HEALTH: WHAT CONTRIBUTIONS?”

**Delphine Taillez**Deputy Director
Aprifel, France**Johanna Calvarin**Head of Nutrition and Food Safety
Aprifel, France**Nathalie Komati**Scientific projects manager
Aprifel, France

Created in 2003 by Aprifel (Agence pour la recherche et l'information en fruits et légumes), **EGEA** is a unique international conference on healthy and sustainable diets. These conferences bring together all relevant stakeholders and scientific disciplines in order to formulate scientific-based practical recommendations for changes in practices and policies.

The 9th edition of EGEA will be held in Barcelona, Spain, from September 20-22, 2023. It will be dedicated to the theme “Diet, fruit and vegetables, and One Health: what contributions?”: <https://www.egeaconference.com/en>

The impacts of agriculture and our diet on the environment are a major and increasingly well-documented research topic. Indeed, the current food system is responsible for 20 to 35% of greenhouse gas emissions and is a major factor in land conversion, deforestation and biodiversity loss (FAO, 2021). This shows that a transition to greater sustainability is essential. An evolution of our diets to adapt to this transition seems obvious by vegetalising our plate, which certainly requires an increase in the consumption of fruit and vegetables. However, this transition is very challenging and different dimensions must be taken into account to achieve it while trying to have the least possible impact on the different trade-offs involved, namely health, environment, socio-cultural and socio-economic.

FRUIT AND VEGETABLES PRODUCTION AND CONSUMPTION HELP IN ACHIEVING THE SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

According to the Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO), fruit and vegetables production and consumption helps in achieving the Sustainable Development Goals in a "One Health" approach as they contribute to individual health and sustainability (Gomes, 2021).

Indeed, fruit and vegetables consumption have many health benefits widely explored, with numerous studies confirming their role in the prevention of certain chronic diseases such as cardiovascular diseases (Aune, 2017) and certain type of cancers (WCRF, 2018), but also on type 2 diabetes (Zheng, 2020; Egbuna, 2021), microbiota, cognitive decline, etc. Beyond those direct health effects, fruit and vegetables are also involved in food security and environment health (climate, biodiversity, water, soil) (FAO, 2021).

As consumers are the final target of this food system, it is crucial to understand their individual food choices when making recommendations for improving food systems and consumption patterns. Factors that influence food behaviours represent an interconnected picture of food-internal factors such as sensory, food external factors and personal-state factors (Chen, 2020).

A CONFERENCE TO ILLUSTRATE HOW FRUIT AND VEGETABLES MAY CONTRIBUTE TO ONE HEALTH

This 9th edition of EGEA conference will therefore be dedicated to the theme "Diet, fruit and vegetables, and One Health: what contributions?". The objective will be to illustrate, through concrete examples from science, how fruit and vegetables may contribute to One Health (human and environmental health, while addressing consumer's behaviour, food security and social impacts). Co-chaired by Prof. Elio Riboli (Imperial College London) and Dr. Joel Doré (Inrae), it will feature more than 20 international speakers in four sessions:

- Fruit and vegetables: what are the benefits for individual health and for food and nutritional security?
- Fruit and vegetables at the heart of sustainability: what environmental and social impacts?
- Vegetalizing the diet: what are the determinants of consumer behavior and choice?
- What recommendations and solutions are needed to include fruit and vegetables in a One Health approach?

ENGAGE DIALOGUE BETWEEN SCIENTIFIC COMMUNITIES AND STAKEHOLDERS

In order to achieve the objective of the 9th edition of EGEA, Aprifel aims to bring together and engage dialogue between scientific community of inter- and multidisciplinary network of different stakeholders (researchers, professionals from the fruit and vegetables sector, policymakers, wholesalers, retail, foodservice, healthcare, educational experts, etc.) to ultimately identify solutions and recommendations to include fruit and vegetables in a One Health systemic and holistic approach

REGISTRATION AND CALL FOR ABSTRACTS OPEN

We are very pleased to announce that registration and the call for abstracts are now open.

**REGISTER
HERE**





APRIFEL ORGANIZA LA 9ª EDICIÓN DE LA CONFERENCIA EGEA SOBRE "DIETA, FRUTAS Y VERDURAS, Y ONE HEALTH: ¿QUÉ APORTACIONES?"



Delphine Tailliez

Directora Adjunta
Aprifel, Francia

Johanna Calvarin

Nutrición y Seguridad Alimentaria
Aprifel, Francia

Nathalie Komati

Directora de proyectos científicos,
Aprifel, Francia

Creado en 2003 por Aprifel (Agence pour la recherche et l'information en fruits et légumes), **EGEA** es una conferencia internacional única sobre dietas saludables y sostenibles. Estas conferencias reúnen a todas las partes interesadas y disciplinas científicas pertinentes con el fin de formular recomendaciones prácticas con base científica para cambios en las prácticas y políticas.

La 9ª edición de EGEA se celebrará del 20 al 22 de septiembre de 2023 en Barcelona, España, estará dedicada al tema "Dieta, frutas y verduras, y Una Salud: ¿qué aportaciones?": <https://www.egeaconference.com/en>

Los impactos de la agricultura y nuestra dieta en el medio ambiente son un tema de investigación importante y cada vez mejor documentado. De hecho, el sistema alimentario actual es responsable del 20 al 35% de las emisiones de gases de efecto invernadero y es un factor importante en la conversión de tierras, la deforestación y la pérdida de biodiversidad (FAO, 2021). Esto demuestra que una transición hacia una mayor sostenibilidad es esencial. Una evolución de nuestras dietas para adaptarse a esta transición parece obvia y es la de "vegetalizar" nuestro plato, lo que sin duda requiere un aumento en el consumo de frutas y verduras. Sin embargo, esta transición es muy difícil y requiere enfoques desde diferentes dimensiones para lograrlo, tratando de tener el menor impacto posible en las diferentes situaciones de compromiso involucradas, a saber: salud, medio ambiente, socioculturales y socioeconómicas.

LA PRODUCCIÓN Y EL CONSUMO DE FRUTAS Y HORTALIZAS AYUDAN A ALCANZAR LOS OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE

Según la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), la producción y el consumo de frutas y hortalizas ayudan a alcanzar los Objetivos de Desarrollo Sostenible en un enfoque de "Una sola salud", ya que contribuyen a la salud individual y la sostenibilidad (Gomes, 2021).

De hecho, el consumo de frutas y verduras tiene muchos beneficios para la salud ampliamente explorados, con numerosos estudios que confirman su papel en la prevención de ciertas enfermedades crónicas como las enfermedades cardiovasculares (Aune, 2017) y ciertos tipos de cáncer (WCRF, 2018), pero también en la diabetes tipo 2 (Zheng, 2020; Egbuna, 2021), microbiota, deterioro cognitivo, etc. Más allá de esos efectos directos sobre la salud, las frutas y hortalizas también están involucradas en la seguridad alimentaria y la salud del medio ambiente (clima, biodiversidad, agua, suelo) (FAO, 2021).

Como los consumidores son el objetivo final de este sistema alimentario, es crucial comprender sus elecciones individuales de alimentos al hacer recomendaciones para mejorar los sistemas alimentarios y los patrones de consumo. Los factores que influyen en los comportamientos alimentarios representan una imagen interconectada de los factores intrínsecos de los alimentos, como los factores sensoriales, extrínsecos de los alimentos y los factores del estado personal (Chen, 2020).



EGEA
9th edition
International conference



UNA CONFERENCIA PARA ILUSTRAR CÓMO LAS FRUTAS Y VERDURAS PUEDEN CONTRIBUIR A ONE HEALTH

Por lo tanto, esta 9ª edición de la conferencia EGEA estará dedicada al tema "Dieta, frutas y verduras, y One Health: ¿qué aportaciones?". El objetivo será ilustrar, a través de ejemplos concretos de la ciencia, cómo las frutas y hortalizas pueden contribuir a One Health (salud humana y ambiental, al tiempo que abordan el comportamiento de los consumidores, la seguridad alimentaria y los impactos sociales). Co-presidido por el Prof. Elio Riboli (Imperial College London) y el Dr. Joel Doré (Inrae), contará con más de 20 ponentes internacionales en cuatro sesiones:

- Frutas y verduras: ¿cuáles son los beneficios para la salud individual y para la seguridad alimentaria y nutricional?
- Las frutas y hortalizas en el corazón de la sostenibilidad: ¿qué impactos ambientales y sociales?
- Vegetalizar la dieta: ¿cuáles son los determinantes del comportamiento y la elección del consumidor?
- ¿Qué recomendaciones y soluciones se necesitan para incluir las frutas y hortalizas en el enfoque «Una sola salud»?

ENTABLAR UN DIÁLOGO ENTRE LAS COMUNIDADES CIENTÍFICAS Y LAS PARTES INTERESADAS

Para lograr el objetivo de la 9ª edición de EGEA, Aprifel pretende reunir y entablar un diálogo entre la comunidad científica de una red inter y multidisciplinaria de diferentes partes interesadas (investigadores, profesionales del sector hortofrutícola, responsables políticos, mayoristas, minoristas, servicios de alimentación, salud, expertos en educación, etc.) para finalmente identificar soluciones y recomendaciones para incluir frutas y verduras en un sistema de One Health y Enfoque holístico.

Estamos muy contentos de anunciar que las inscripciones y la convocatoria de resúmenes ya están abiertas.

**INSCRIPCIONES
ABIERTAS**




Aprifel
RESEARCH & INFORMATION

POPULARISATION OF THE IDEA OF “5 A DAY” IN POLAND



Popularisation of the idea of “5 A Day” and creation of correct nutritional habits are the goals of activities undertaken within educational campaigns “5 portions of vegetables, fruits or juice” continuously conducted in Poland by the Polish Association of Juice Producers (KUPS) for 14 years (since 2008). Knowledge of balanced diet rules, that should be based on vegetables and fruits, also in the form of juices, has been successfully improving.

Barbara Groele

Polish Association of Juice Producers (KUPS),
Warsaw, Poland



IMPORTANCE OF F&V PROMOTION

Vegetables and fruits are a source of vitamins, minerals, dietary fibre and many bioactive anti-oxidising substances, such as polyphenols and non-provitamin A carotenoids. Also, they have low calorific values.

High level of their consumption is related to the decreased risk of development of many chronic non-contagious diseases, such as cardiovascular diseases, some tumours, obesity and neurodegenerative diseases. As a result, most nutritional recommendations indicate the need to consume at least 5 portions of vegetables and fruits daily in the amount of at least 400g per person, not including starchy vegetables and nuts.

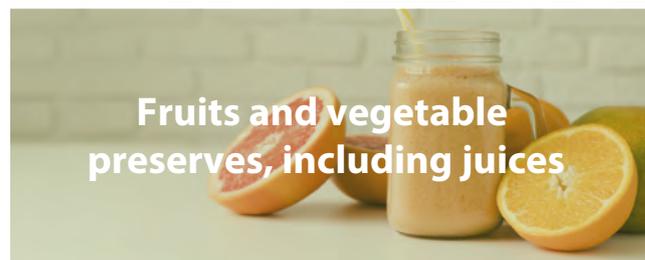
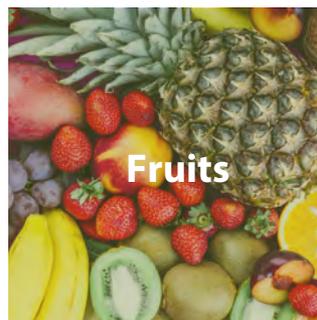
In spite of academically confirmed health-related profits, in Poland their consumption is constantly low. According to Statistics Poland, in 2010-2020 monthly consumption of fruits and vegetables was 8.4-8.9 kg per person. In 2020 daily consumption was 297g per person, including 129g of fruits and 168g of vegetables, so it did not reach the recommended values.

Most Polish fruits and vegetables are seasonal products. As a result, diet is supplemented by imported or protected cultivation products. Shelf life of fruits and vegetables is very short and require to be eaten soon or protected with use of various technological processes with purpose to prolong shelf life, while preserving valuable nutritional properties until a next season. These processes are frosting, drying and production of juices, smoothies and mousses. Preservation of fruits and vegetables is a common practice in countries with cooler climate where the aforesaid fruits and vegetable preserves are an important part of diet, especially during winter. Physical preservation processes are the most popular, ensuring fruits and vegetable products will maintain their value.

For example, quality and technology of fruit juices are strictly regulated in the national and European Union law, ensuring their high trading and nutritional quality. In the EU it is forbidden to add to juices any sugars (e.g. glucose, fructose, sucrose and glucose-fructose syrup), sweeteners, artificial colour additives, preservatives and aromas. Only in case of vegetable juices it is allowed to add sugar in order to improve organoleptic properties, when necessary, though it must always be declared in a product content.

Let us not forget about plenty minerals, vitamins and other phytochemicals present in juices and vegetables certain juice was made of. Also, fruit and vegetable juices are not a homogeneous category and their food matrices differ significantly. As a result, according to the National Food and Nutrition Institute³, consumption of one portion of fruit or vegetable juice (200 ml) daily can be one of 5 daily portions of vegetables or fruits.

PRODUCTS INCLUDED IN THE PROGRAMME



In spite of growing awareness on diet impact on general health, theory still does not match practical solutions quite often¹. The same research shows the large part of the population has problems with maintaining balanced diet as a result of different lifestyles among people living in the same household, aversion in children to eat vegetables and fruit or because of too high prices of products recognised as valuable in daily diet.

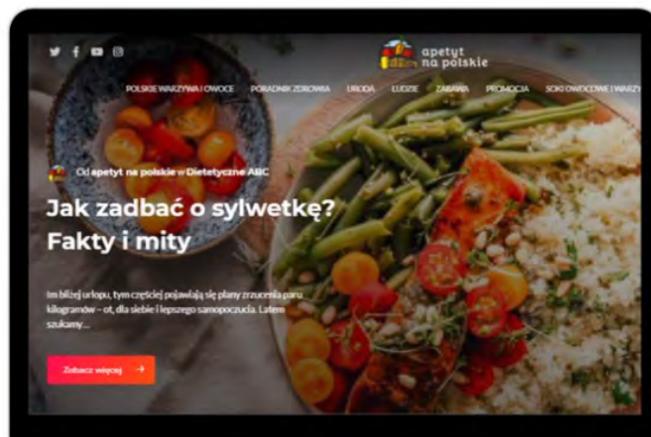
Such discrepancies prove that sometimes nutrition-oriented knowledge and awareness do not bear in day-to-day practices. As a result, the need of constant education in terms of correct nutrition rules and showing how to introduce them in daily life is so important.

ACTIVITIES PROMOTING FRUITS AND VEGETABLES

As a response to these needs, KUPS has been conducting the "5 portions of vegetables, fruits or juice" campaign in various range and scope of activity.

We use various tools and channels to popularise the "5 portions of vegetables, fruits or juice" programme, allowing for effective contact with all target groups and ensuring attractiveness of messages during the entire period of subsequent campaign editions.

Advertising campaign	Radio campaign	Press materials (press news, individual expertise materials, interviews with experts)
Organisation of events with information stands	Contest for consumers (eat more fruits and vegetables day)	Cooperation with media and special actions
Social media: Facebook, Instagram	Consumer surveys	Cooperation with influencers
Education programme for schools	Programme's Scientific Committee cooperation with opinion leaders with the nutrition and academic community	Content posted on websites and blogs



EFFECTS OF THE ANNUAL CAMPAIGN

The promotional and informational campaign conducted from March 1, 2021 until February 28, 2022 and there are its effects in numbers:

Blogosphere

Reaching 782,000 followers on Instagram and more than 388,000 fans on Facebook.

Website

121 articles
43,949 users.

Radio and TV

67 visits
33,721,616 recipients
AVE of 2,678,763 PLN.

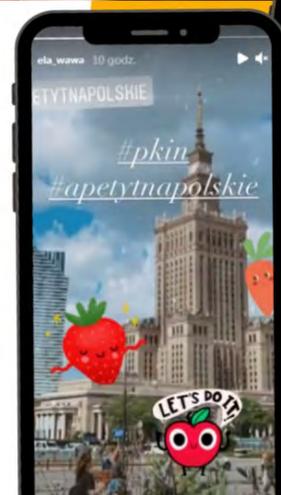
Press articles

194 articles
346,099 recipients.

Social Media

126 posts on Facebook
93 posts on Instagram
more than 120 Istastories and relation on Facebook.
Paid advertising 1,179,764 views
452,062 recipients.

KUPS has started the 12th campaign and is planning the 13th edition of the "5 portions of vegetables, fruits and juice" programme.



DIFUSION DE "5 AL DÍA" EN POLONIA



Barbara Groele

Asociación Polaca de
Productores de Jugo (KUPS)
Varsovia, Polonia



La popularización de la idea de "5 al día" y la creación de hábitos nutricionales correctos son los objetivos de las actividades realizadas dentro de las campañas educativas "5 porciones de verduras, frutas o jugo" que lleva a cabo continuamente en Polonia la Asociación Polaca de Productores de Jugo (KUPS) hace 14 años (desde 2008). Se ha ido mejorando con éxito el conocimiento de las normas de alimentación equilibrada, que debe basarse en verduras y frutas, también en forma de jugos.

IMPORTANCIA DE LA PROMOCIÓN DE F&V

Las frutas y verduras son una fuente de vitaminas, minerales, fibra dietética y muchas sustancias antioxidantes bioactivas, como los polifenoles y los carotenoides. Además, tienen valores caloríficos bajos.

El alto nivel de su consumo está relacionado con la disminución del riesgo de desarrollar muchas enfermedades crónicas no contagiosas, como las enfermedades cardiovasculares, algunos tumores, la obesidad y las enfermedades neurodegenerativas. Como resultado, la mayoría de las recomendaciones nutricionales indican la necesidad de consumir al menos 5 porciones de verduras y frutas al día en una cantidad a 400 g por persona, sin incluir las verduras con almidón y las nueces.

A pesar de los beneficios relacionados con la salud académicamente confirmados, en Polonia su consumo es constantemente bajo. Según Estadísticas de Polonia, en 2010-2020 el consumo mensual de frutas y verduras fue de 8,4-8,9 kg por persona. En 2020 el consumo diario fue de 297 g por persona, incluidos 129 g de frutas y 168 g de verduras, por lo que no alcanzó los valores recomendados.

La mayoría de las frutas y verduras polacas son productos de temporada. Como resultado, la dieta se complementa con productos de cultivo importados o protegidos. La vida útil de las frutas y verduras es muy corta y requieren ser consumidas pronto o protegidas con el uso de varios procesos tecnológicos con el propósito de prolongar el período de consumo, preservando valiosas propiedades nutricionales hasta la próxima temporada. Estos procesos son glaseado, secado y elaboración de jugos, batidos y otros.

La conservación de frutas y verduras es una práctica común en países con climas fríos donde las frutas y verduras en conserva son una parte importante de la dieta, especialmente durante el invierno. Los procesos de conservación física son los más populares, lo que garantiza que los productos de frutas y verduras mantendrán su valor.

Por ejemplo, la calidad y tecnología de los jugos de frutas están estrictamente reguladas en la legislación nacional y de la Unión Europea, lo que garantiza su alta calidad comercial y nutricional. En la UE está prohibido añadir a los jugos azúcares (por ejemplo, glucosa, fructosa, sacarosa y jarabe de glucosa-fructosa), edulcorantes, colorantes

artificiales, conservantes y aromas. Solo en el caso de los jugos de vegetales se permite agregar azúcar para mejorar las propiedades organolépticas, cuando sea necesario, pero siempre debe declararse en el contenido del producto.

No nos olvidemos de la abundancia de minerales, vitaminas y otros fitocompuestos presentes en los jugos y vegetales de los que están hechos ciertos jugos. Además, los jugos de frutas y vegetales no son una categoría homogénea y sus matrices alimentarias difieren significativamente. En consecuencia, según el Instituto Nacional de Alimentación y Nutrición, el consumo de una porción de jugo de frutas o verduras (200 ml) al día puede ser una de 5 raciones diarias de verduras o frutas.

PRODUCTOS INCLUIDOS EN EL PROGRAMA



Frutas



Vegetales



Frutas y verduras
conservas, incluidos los jugos

A pesar de la creciente conciencia sobre el impacto de la dieta en la salud poblacional, la teoría frecuentemente no coincide con las soluciones prácticas. La misma investigación muestra que gran parte de la población tiene problemas para mantener una dieta equilibrada como resultado de los diferentes estilos de vida entre las personas que viven en el mismo hogar. Existe cierta dificultad para que los niños consuman verduras y frutas. Por otra parte, se ven que los precios de los productos reconocidos como valiosos en dieta diaria son demasiado caros.

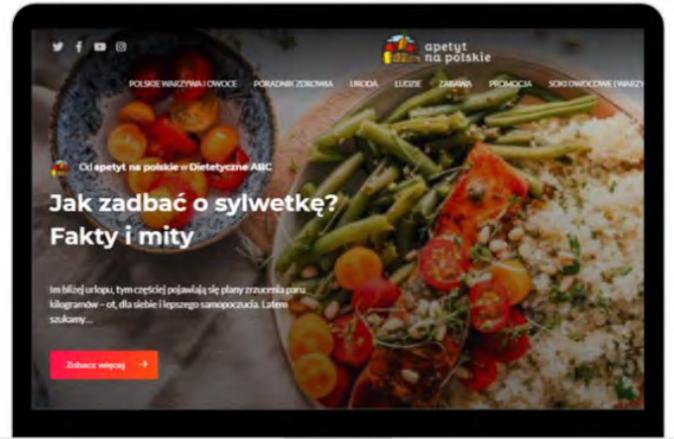
Tales discrepancias demuestran que a veces el conocimiento y la conciencia orientados a la nutrición no se llevan a cabo en las prácticas cotidianas. Como resultado, la necesidad de educación constante en términos de reglas de nutrición correctas y mostrar cómo introducirlas en la vida diaria es tan importante.

ACTIVIDADES DE PROMOCIÓN DE FRUTAS Y VERDURAS

Como respuesta a estas necesidades, KUPS viene realizando la campaña "5 porciones de verduras, frutas o jugo" en diversos rangos y ámbitos de actividad.

Utilizamos diversas herramientas y canales para popularizar el programa "5 porciones de verduras, frutas o jugo", lo que permite un contacto efectivo con todos los grupos objetivo y asegura el atractivo de los mensajes durante todo el período de las ediciones posteriores de la campaña.

Campaña publicitaria	Campaña de radio	Material impreso (noticias de prensa, individual materiales de experiencia, entrevistas con expertos)
Organización de eventos con puestos de información	Concurso para consumidores (comer más frutas y día de las verduras)	Cooperación con medios y especiales comportamiento
Social media: Facebook, Instagram	Encuestas a consumidores	Cooperación con influencers
Educación programa para escuelas	Programa Comité científico cooperación con opinión líderes en nutrición y comunidad académica	Contenido publicado en sitios web y blogs



EFFECTOS DE LA CAMPAÑA ANUAL

La campaña promocional e informativa se realizó desde el 1 de marzo de 2021 hasta el 28 de febrero de 2022 y ahí están sus efectos en números:

Blogs

Llegando a 782,000 seguidores en Instagram y más de 388.000 seguidores en Facebook.

Web

121 artículos
43.949 usuarios.

Radio y TV

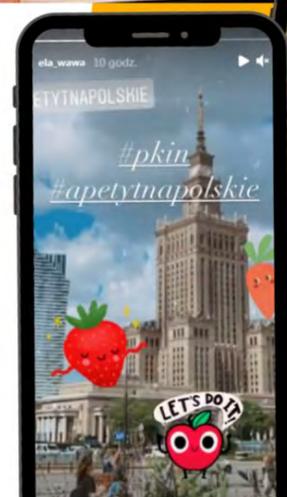
67 visitas
33.721.616 destinatarios
AVE de 2.678.763 PLN.

Artículos de prensa

194 artículos
346,099 recipients.
194 artículos
346.099 destinatarios.

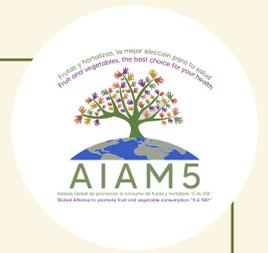
Social Media

126 posts on Facebook
93 posts on Instagram
more than 120 Istastories
and relation on Facebook.
Paid adverting 1,179,764 views
452,062 recipients.



KUPS ha iniciado la 12ª campaña y tiene prevista la 13ª edición del programa "5 porciones de verduras, frutas y zumos".

GENERAL ASSEMBLY AND CONFERENCE EGEA BARCELONA 20-21 SEPTEMBER 2023



The AIAM5 representative body has not been able to meet in 2022, but the virtual meeting of partners will take place in the first quarter of this new year. The assembly will address the reports of the different work commissions, how to be more efficient in the plan strategy and the support to partners, the AIAM5 declaration, as well as the options for holding the next AIAM5 congress. We will keep you informed of the date and the agenda.

Although the pandemic and the global crisis caused by the Russian invasion of Ukraine have not allowed us to recover face-to-face meetings, in 2023 a window of opportunity opens for us with the EGEA conference to be held in September 20 - 22 in Barcelona -Spain. We trust that all partners, and especially European ones, can consider attending the conference and facilitate the opportunity to hold a meeting of AIAM5 partners and potential members.

I remind you that the call for abstract for EGEA is open until May 30
See you soon virtually and in person in Barcelona!

ASAMBLEA GENERAL Y CONFERENCIA EGEA BARCELONA 20-21 SEPTIEMBRE 2023



El órgano de representación de AIAM5 no ha podido reunirse en 2022, pero el encuentro virtual de socios tendrá lugar en el primer cuatrimestre de este nuevo año. La asamblea abordará los informes de las distintas comisiones de trabajo, cómo ser más eficientes en el plan estratégico y el apoyo a los socios, la declaratoria de la Alianza, así como las opciones de celebración del próximo congreso AIAM5. Os mantendremos informados de las fechas y orden del día. Aunque la pandemia y la crisis mundial ocasionada por la invasión rusa de Ucrania no ha permitido recuperar la reuniones presenciales, en 2023 se nos abre una ventana de oportunidad con la celebración de la conferencia EGEA los días 20 al 22 de septiembre en Barcelona -España. Confiamos en que todos los socios, y en especial los europeos, podáis contemplar la asistencia a la conferencia y para facilitar la oportunidad de celebrar un encuentro de socios de AIAM5 y potenciales miembros.

Os recuerdo que está abierto el call for abstract hasta el 30 de mayo
¡Os esperamos en Barcelona!



Manuel Moñino.
Coordinador de AIAM5.
AIAM5 Coordinator.

www.aiam5.com