

LOS EXPERTOS

MARGARITA ALONSO
FACULTAD DE MEDICINA DE
VALLADOLID

«De los hábitos de los niños tenemos la culpa los mayores»

«No hay alimentos buenos o malos, sino frecuencia y la suma de todo lo que se ingiere»

GREGORIO VARELA
CATEDRÁTICO DE
NUTRICIÓN

«El incremento de la obesidad va ligado al aumento de las raciones»

►► VIENE DE LA PÁGINA ANTERIOR whopper». Esta última, estima Varela, «cubre hasta el 70% de las necesidades energéticas diarias de un niño de 5 ó 6 años y equivale a la ingesta de ocho huevos fritos o diez kilos de lechuga». La empresa, por su parte, argumentó así su decisión: «Los gustos de nuestros clientes están por encima de todo».

El presidente de la Fundación Española de la Nutrición considera que el peligro reside en «convertir en hábito este tipo de alimentación». Sostiene que «no pasa nada» por disfrutar de vez en cuando de una hamburguesa, siempre que se coma «sano en casa» y no se cometan excesos. ¿Que significa esto? «Que un padre puede llevar tranquilamente a su hijo a una hamburguesería tres veces al mes».

Otro anuncio revisado

La polémica en torno al crecimiento de las hamburguesas y al tratamiento publicitario del producto ha despertado otras reacciones en el sector agroalimentario. Ayer mismo Casa Tarradellas salió al paso de las informaciones que aseguraban que había retirado un anuncio sobre una de sus pizzas.

Casa Tarradellas aclaró que no ha retirado de antena un anuncio debido a una posible vulneración del Código PAOS de autorregulación de la publicidad de alimentos dirigida a menores, prevención de la obesidad y salud, sino que simplemente «no está en antena desde el 19 de noviembre». No obstante, la empresa se ha comprometido ante Autocontrol de la Publicidad a no volver a emitir el anuncio. La empresa indicó que el anuncio, en el que se ve a una abuela preparando una pizza casera a su nieto, estuvo en antena en tres oleadas y la última terminó el 19 de noviembre.

Las perniciosas grasas 'trans' se disfrazan de comida apetecible

R. B. VALLADOLID

Desde hace varios años, la ciencia se ha propuesto encontrar una alternativa saludable a las perniciosas grasas 'trans'. Son grasas vegetales parcialmente hidrogenadas que se usan con frecuencia en el mundo de la alimentación. Su erradicación, sin embargo, no acaba de producirse. ¿Por qué? Porque, entre otras cosas, cuestan poco y duran mucho; es decir, prolongan la vida útil de un buen número de productos y eso, para la industria, es sinónimo de beneficio.

El consumidor se encuentra con estas peligrosas sustancias en las comidas rápidas fritas, en la bollería -pastales, galletas, magdalenas, empanadas-, los aperitivos empaquetados, las margarinas y los panes. Es decir, que se 'disfrazan' de los típicos alimentos fáciles y apetecibles para muchos, muy especialmente para niños y adolescentes.

Pero si los fabricantes de alimentos esgrimen dos buenas razones para seguir usando las grasas 'trans', el bajo precio y la larga conservación de los productos, los consumidores tienen muchas más para no comerse: modifican la proporción de lipoproteínas en la sangre de manera desfavorable, es decir,

aumentan el colesterol malo; suben los triglicéridos, fomentan las inflamaciones y trastornan el endotelio arterial. En resumen, son una bomba de relojería que abona el terreno para la aparición de las enfermedades cardiovasculares.

Un estudio publicado en Estados Unidos determina que la ingestión del 2% de las calorías en forma de grasas 'trans' se asocia con un incremento del 23% de infartos de miocardio.

En las hamburguesas, por ejemplo, la presencia de esta sustancia es del 0,4% por cada cien gramos. En una ración gigante, que suele superar los 300 gramos, el porcentaje sube hasta un 1,2%. Pero donde más la hay es en la margarina, que puede registrar hasta un 19,2% por cada cien gramos.

Leer la etiqueta

¿Y cómo se puede saber si un producto contiene esta materia? Para empezar, no hay que fiarse de los eslóganes con la indicación '100% vegetal', porque las grasas 'trans' son precisamente vegetales, aunque modificadas.

Conviene comprobar si en la etiqueta aparecen las palabras «parcialmente hidrogenado». Si es así, el alimento sí contiene este tipo de grasas.

La Religión será voluntaria, no computará y los obispados deberán justificar los despidos

La Conferencia Episcopal destaca que hay «dificultades fundamentales que no han podido ser superadas»

R. S. COLPISA. MADRID

El Gobierno obligará a los obispos a «justificar» los despidos de los profesores de Religión, una asignatura que tendrá carácter voluntario y no computará para las becas y acceso a la universidad. Lo confirmó ayer el Ministerio de Educación tras la reunión de la Comisión Mixta Iglesia-Estado, la última antes de la aprobación de los reales decretos que desarrollan y regulan estos aspectos de la Ley Orgánica de Educación (LOE). La Conferencia Episcopal, aunque reconoció el «esfuerzo» de acercamiento realizado por el Gobierno, subrayó que se mantienen «las dificultades fundamentales, que no han podido ser superadas».

El Ejecutivo va a impedir que los profesores de Religión puedan ser despedidos sin más explicaciones, como sucedía hasta ahora. Así, con la entrada en vigor de la nueva normativa se obligará a la autoridad eclesiástica a presentar a la administración educativa una explicación «motivada conforme a derecho» de las razones de la extinción del contrato.

Este colectivo docente se beneficiará del Estatuto de los Trabajadores, se le contratará «de manera indefinida» y se le exigirán los



Cabrera, en su reunión anterior con los obispos. / D. G. LÓPEZ

mismos requisitos que a los demás profesores, esto es, el título de magisterio para la enseñanza Primaria y una licenciatura en Secundaria, además de una declaración de idoneidad o una certificación pareja de la confesión religiosa que vaya a impartir.

Elección

Desde el Ministerio se subraya que esta regulación «garantiza el derecho de los padres a elegir la

educación que desean para sus hijos», ya que para aquellos que no deseen ninguna clase de formación religiosa los centros educativos establecerán «las formas más adecuadas de proporcionar la debida atención educativa». Esta formulación, recuerda Educación, ha recibido el visto bueno del Consejo de Estado en el proyecto de real decreto por el que se establecen las enseñanzas mínimas de Educación Primaria.

Seis regiones piden que sus rutas de ignitas sean Patrimonio de la Humanidad

EFE BURGOS

La solicitud para la declaración de Patrimonio de la Humanidad para las ignitas de España se presentará ante la Unesco en el primer trimestre del 2007, informó ayer el director del Museo de Dinosaurios de Salas de los Infantes (Burgos) y uno de sus promotores, Fidel Torcida. En la presentación de la exposición 'Al encuentro de los titanes: Dinosaurios en Castilla y León', que se abrirá en Burgos el 21 de diciembre, Torcida aseguró que los responsables de la Junta de Castilla y León le han confirmado que será una de las seis comunidades autónomas que cuentan con ignitas, o huellas fósiles de dinosaurios, que conformarán la solicitud.

La candidatura, de la que formarán parte también Asturias, La Rioja, Aragón, Cataluña y Valencia, pretende que se reconozca la importancia científica de los hallazgos de restos fósiles en los yacimientos de España.

MODA

La diseñadora María Lafuente vuelve a Cibeles

La diseñadora leonesa María Lafuente volverá a presentar sus modelos en la próxima edición de la Pasarela Cibeles, según confirmó ayer la propia creadora. Lafuente regresará al salón madrileño en los desfiles conjuntos que tendrán lugar el próximo 16 de febrero del 2007. / EL NORTE

COMUNICACIÓN

Huelga del 85% de la plantilla de Telemadrid

Un 85% de los trabajadores, según los sindicatos, secundó ayer la huelga convocada por CC.OO., UGT y CGT en Telemadrid en protesta por el incumplimiento de los acuerdos en materia laboral y la «desastrosa gestión» de los directivos de la cadena. La protesta se desarrolló con incidentes ya que cuatro miembros del comité resultaron heridos tras forcejear con vigilantes jurados. / COLPISA

SALUD

Método para detectar antes el cáncer de pulmón

Investigadores del Hospital Germans Trias i Pujol de Badalona han desarrollado un método de detección precoz del cáncer de pulmón, más fácil de usar y menos agresivo para los pacientes, que permite detectar un tumor antes de que las lesiones sean invasivas y su curación más difícil. Se trata de un aparato que analiza las sustancias halladas en la respiración de la población de riesgo. / EFE

HOSTELERÍA

Dona un bogavante de cuatro años y nueve kilos

Un restaurante holandés ha donado a un parque submarino de Benalmádena (Málaga) un bogavante que pesa nueve kilos y tiene unas pinzas de treinta centímetros, tras cuatro años sin poder venderlo ya que, debido a su peso, tenía un precio muy elevado. Es un ejemplar extraordinario ya que los bogavantes que se comercializan en la hostelería suelen rondar entre los 600 y 800 gramos. / EFE