



## Lugones endulza la diabetes

El pastelero ovetense Pablo Iglesias, que padece la enfermedad, enseña a elaborar postres sin azúcar en un taller celebrado en la localidad sierense

### Lugones,

Manuel NOVAL MORO

Lo de que «a nadie amarga un dulce» no es válido para todo el mundo, y las personas que sufren diabetes lo saben bien. Comer azúcar puede ser muy perjudicial para ellos, y por ello su acceso a la mayoría de los dulces está más que limitado. Pero no todo está perdido. Al menos eso es lo que demostró el pastelero Pablo Iglesias en la Casa de Cultura de Lugones en el taller «Descubriendo la pastelería para diabéticos», organizado por la Asociación de Diabéticos del Principado de Asturias (Adipas), un acontecimiento formativo para familias con niños y jóvenes.

Pablo Iglesias, nacido en Oviedo en 1980, comenzó a estudiar pastelería en 1998 en su ciudad natal y posteriormente estuvo nueve años en Barcelona, donde consiguió dos títulos nacionales relacionados con el chocolate y la bollería. Fue justo cuando comenzó a estudiar pastelería cuando se le diagnosticó una diabetes y tuvo que conjugar una profesión íntimamente relacionada con el azúcar con la enfermedad que la tiene vetada.

Como afectado, ha tenido la ocasión de experimentar con repostería sin azúcar, y el fruto de su experiencia se dio a conocer en Lugones. Allí trató sobre el cacao y sus derivados, enseñó algunos trucos relacionados con las coberturas y ofreció recetas de natillas,



MANUEL NOVAL MORO

Pablo Iglesias Hevia, durante su taller, en la Casa de Cultura de Lugones.

piezas de chocolate y mousse de chocolate, que tras su elaboración en vivo los asistentes al taller pudieron probar.

El profesor alentó a elaborar todo tipo de productos, pero con los pies en el suelo. «No soy partidario de hacer cualquier cosa; la elaboración sin azúcar tiene sus limitaciones», confesó. Por ejemplo, no entendía cómo se podía hacer, como

él había comprobado, cabello de ángel sin azúcar, «cuando es un producto que es casi todo azúcar».

Otra complicación es conseguir los productos para elaborar los postres. Por ejemplo, el chocolate sin azúcar con el que realiza los postres sólo se puede comprar en grandes cantidades, que serían excesivas para una sola familia. En cualquier caso, a juzgar por lo que dis-

frutaron las familias y sobre todo los niños, la iniciativa dio su fruto.

Como explicaba Ángel Falcón, miembro de Adipas, «hasta ahora las actividades estaban enfocadas al tratamiento, y se trataba de hacer algo distinto». Todos los niños sin excepción se relamieron con los productos y ahora tienen un nuevo aliciente para lidiar con su enfermedad.