

S. P.

NARÓN

Trufas, tartas, rosquillas o bizcochos, manjares prohibidos hasta ahora para los diabéticos pasarán a formar parte de su dieta gracias a una iniciativa de la asociación naronesa que agrupa a hiperglucémicos de toda la comarca. La entidad ha puesto en marcha un curso que enseña a familiares y enfermos cómo preparar todo tipo de postres adaptados a sus necesidades nutricionales.

Las clases son impartidas por José Rubio Gascón, todo un veterano del mundo de la repostería, a la que lleva dedicado cincuenta años, desde su confitería y centro de formación de Ferrol. Durante este mes, enseñará a 48 personas el secreto de disfrutar del dulce sin azúcar. Como él mismo explica, no es común encontrarlos en las confiterías, pese a que cada vez hay más personas que padecen esta enfermedad, motivo por el que comenzó a impartir los cursos hace años. Lo complicado, según explica, "es la formulación, que tiene que ser distinta", aunque los ingredientes no sean

más caros que los que se utilizan para elaborar los postres tradicionales. Otra de las cuestiones que llama la atención es el sabor. "No notas para nada que no

Repostería para diabéticos

Medio centenar de personas aprenden a preparar dulces sin azúcar



Las alumnas exhiben los postres realizados durante el curso. / J. ANTÓN

lleva azúcar, incluso no se hace tan empalagoso" comenta una de las madres que asiste al curso, quien recuerda que a su hijo de 4 años sólo le ha dado un trozo de tarta "normal" de forma excepcional por su aniversario. Los postres que están a la venta "suelen tener mucha grasa y fructosa; por no hablar del sabor", señala otra participante, que tiene un bebé de 4 meses. "Hasta ahora no me había planteado darle dulces" añade.

La inclusión del postre en la dieta tiene que acompañarse, sin embargo, del consejo del endocrino, que debe especificar a cada enfermo que porción puede tomar.

Hasta el momento, se han realizado dos cursos de una semana. José Martínez, secretario de la Asociación de Diabéticos de Ferrolterra, explica que tienen pensado seguir con la iniciativa mientras haya demanda. Además, también esperan conseguir ayudas de las administraciones para publicar un libro de

postres para diabéticos, en el que se recopilen la recetas elaboradas durante estos cursos, con los que se pretende demostrar que el diabético puede comer de casi todo.