



Fuster y Adrià piden una asignatura escolar sobre alimentación saludable

Un proyecto del cardiólogo ensayará la iniciativa en tres colegios durante el próximo curso para concienciar sobre el gran avance de la obesidad infantil

C. REINO COLPISA. BARCELONA

La obesidad infantil ha aumentado un 35% en los últimos diez años y afecta ya entre el 8% y el 16% de los niños españoles de seis a siete años. Según informó este lunes el presidente del Centro Nacional de Investigaciones Cardiovasculares, Valentí Fuster, el sobrepeso entre la población escolar puede comportar en el tiempo tener enfermedades cardíacas. Por ello, Fuster y el cocinero Ferrán Adrià recordaron ayer en Barcelona la importancia de la dieta y propusieron al Gobierno instaurar una asignatura sobre alimentación saludable en el sistema educativo español. El reto para ambos es educar a los menores en una buena nutrición para frenar las enfermedades cardiovasculares.

Y es que, según los expertos reunidos en el Congreso europeo de Cardiología que se celebra esta semana en Barcelona, la obesidad provoca diabetes, hipertensión y un aumento del colesterol, tres factores que ayudan y facilitan la aparición de las dolencias relacionadas con el corazón. Además, el cardiólogo añadió que los estudios demuestran que es improbable que un niño obeso pueda convertirse en un adulto con un peso normalizado. Según datos aportados en el Congreso, un 20% de la población adulta española es obesa, mientras que el 30% tiene sobrepeso.

Dos proyectos

Con el objetivo de prevenir la aparición de problemas de corazón derivados del exceso de kilos, el equipo que dirige el cardiólogo Valentí Fuster está trabajando en dos proyectos. Uno es la polipíldora, un único medicamento que concentre todo lo que debe tomarse el paciente. Y el segundo, una prue-



Valentí Fuster (izquierda) y Ferrán Adrià, durante el Congreso de Cardiología. / T. GARRIGA-EFE

ba piloto, que se llevará a cabo en colegios de Madrid y de Cardona (Barcelona) durante el curso que arranca dentro de dos semanas, que consiste en impartir como signatura la educación de una ali-

mentación saludable.

Esta materia será una constante tanto en los comedores escolares como en las aulas y los resultados serán analizados científicamente en hábitos de salud y de

consumo. «Si a un niño de tres a siete años le explican que la salud es una prioridad, tal vez cuando este menor sea adulto llegará a tener una conducta diferente a la que hemos tenidos todos noso-

tros», explicó el médico catalán. Y continuó. «Porque gran parte de la conducta de adulto se genera en la edad infantil».

Tal y como recordaron Fuster y Adrià, comer sano es ingerir alimentos variados y sin abusar de los que tienen colesterol. «Supone un esfuerzo personal que lo puedes infundir en el niño mucho más fácilmente que en los adultos», añadió. Según Fuster, «los niños se pasan muchas horas delante de los ordenadores, sin moverse. Antes se andaba y se corría más».

«Además las relaciones con los padres han cambiado mucho, pasan menos tiempo juntos y el niño está metido en un mundo muy acelerado y estresado que le lleva a comer rápido y mal». El cocinero ha lamentado que vivimos en una sociedad en la que la obesidad «no ha interesado a nadie» y ha asegurado que el gran reto es «mentalizar a la población de que se puede ser feliz cocinando en casa y de que podemos llegar a casa a las ocho de la tarde y dedicar media hora a cocinar al mismo tiempo que se ve la tele».

Para el cocinero, elegido cuatro veces el mejor del mundo, comer bien no es ni difícil ni caro: «Un gazpacho hecho en casa cuesta 0,60 euros y unos espaguetis a la boloñesa 0,80 euros. Lo importante es programar los menús y ser muy pragmáticos cuando se acude al supermercado para no comprar cosas no imprescindibles». «La gastronomía no es ir al 'Bulli' (su famoso y elitista restaurante), sino comer en casa», concluyó.

Educación escolar

Fuster y Adrià promueven varios proyectos de educación en la alimentación que se llevan a cabo en Bogotá (Colombia) y en Madrid, y han anunciado la implementación de otro similar este curso escolar en tres escuelas de Cardona (Barcelona).

Con ellas promoverán hábitos sanos en la alimentación no solo entre el alumnado sino también en las familias, que son consideradas una pieza fundamental, y estas materias formarán parte del currículo escolar.

Ambos han subrayado que la clave pasa por sensibilizar a los padres de la importancia de una dieta saludable y motivarlos para llevar a cabo cambios en su estilo de vida que redundarán en la salud de toda la familia.

Cuatro veces menos mortalidad en 20 años

AGENCIAS BARCELONA

La atención que reciben las personas que acaban de sufrir un infarto de miocardio cuando llegan al hospital ha permitido que en los últimos veinte años la mortalidad se haya reducido de un 18 o un 19% a un 5%, según un estudio realizado en el Hospital

Josep Trueta de Girona. El estudio, que se presentó ayer en este congreso, se basa en el análisis del registro de enfermos con infarto de miocardio que lleva este hospital desde el año 1978, el único que existe en toda España.

El jefe del Servicio de Cardiología del Hospital Josep Trueta, Joan Sala, explicó ayer que en

los primeros cinco años de existencia del registro la tasa de mortalidad de las personas que ingresaban con un infarto de miocardio era del 18 o el 19%, mientras que ahora es del 5%.

La efectividad cada vez mayor de los tratamientos que se aplican en los hospitales explica esta reducción de la mortalidad, por

lo que sala ha subrayado la importancia de que las personas con un infarto lleguen cuanto antes a los centros sanitarios.

La jornada de ayer sirvió para presentar el primer ecógrafo 'de bolsillo', que será del tamaño de un teléfono móvil y será utilizado de forma pionera por algunos países entre ellos España, según explicó el presidente de la Sociedad Europea de Pecardiografía, José Luís Zamorano.