



Los diabéticos aprenden a cocinar 'rico' con Fabio Santana

» EL CHEF CANARIO OFRECE UNA CLASE MAGISTRAL PARA MÁS DE 70 PACIENTES

Más de 70 personas afectadas de diabetes tipo 2 asistieron ayer a un taller de cocina y nutrición promovido por Novartis e impartido por el chef canario Fabio Santana, en el Hospital Doctor Negrín. El menú constó de cuatro platos: ensalada de cigala; chop suey de verduras; lomo de cherne al horno con boletus y arroz thai; y piña al natural con aire de fresa.

ODRA RODRÍGUEZ
LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

Ayer, por la mañana, los pasillos de la entrada principal del Hospital Universitario de Gran Canaria Doctor Negrín olían a gloria. No era para menos. En el aula Diego Falcón, se desarrollaba un taller de cocina y nutrición dirigido especifi-

camente a pacientes con diabetes tipo 2. Bajo la supervisión de Fabio Santana, chef y propietario de los restaurantes La Butaca, El patio del Cuyas y la terraza O'clock, más de 70 afectados por esta enfermedad aprendieron a elaborar un menú de cuatro platos. Como entrante una ensalada de cigala, un primer plato de chop suey de verduras, un segundo plato con lomo de cherne al horno con boletus y arroz thai, y de postre piña al natural con aire de fresa.

El taller, bajo el lema *Come saludable(MENTE)*, está enmarcado en un conjunto de actividades de la campaña *Dale Voz a la Diabetes tipo 2*, que está promovida por los laboratorios Novartis respaldados por la Sociedad Española de Diabetes y



En el taller. En la imagen, Fabio Quintana explica a los asistentes los platos que va a elaborar.

190.000 EN LAS ISLAS

En Canarias se calcula que unas 192.000 personas sufren diabetes tipo 2. Además, se estima que otras 70.000 padecen la enfermedad aún sin diagnosticar. De ahí que las campañas de prevención, información y concienciación sean tan importantes.

la Federación de Diabéticos Españoles. Esta iniciativa viene acompañada de una exposición interactiva del interior de un páncreas, cómo se presenta una diabetes, cómo prevenirla y controlarla.

Fabio Santana, antes de iniciar la clase magistral, explicó que para estas personas, que cuentan con un perfil determinado, seleccionó alimentos de referencia en la dieta mediterránea, tales como, verduras, hortalizas, pescado y frutas. «Con estos platos vamos a romper la rutina de las pautas que los endocrinos dan a los diabéticos, elaborando platos más creativos sin salirnos de la dieta que deben seguir», dijo.

De esto sabe mucho José Garrido Caballero, aruquense de 70 años, y que aunque él no es el que cocina

en casa sino su mujer, asistió al taller para «coger recortes para hacer alguna comida rica». A este paciente del Negrín, con antecedentes familiares con diabetes, en concreto ambos padres, le detectaron la patología al realizarle pruebas tras sufrir un infarto con 50 años. Afirmó ayer que el programa de alimentación que sigue es «muy estricto», ya que no puede comer hidratos de carbono, ni dulces, ni grasas saturadas, aunque lo que más echa de menos es comerse un plátano.

La diabetes tipo 2 es una enfermedad crónica caracterizada por altos niveles de glucosa en sangre o, lo que es lo mismo, por la concentración de azúcar en sangre, después de años de resistencia a la insulina por parte del organismo.