

## GACETILLA DE PRENSA

OCTUBRE 2018

### **Intrusismo. Como detectar a un charlatán!!**

Tomar suplementos en forma permanente, la dietas detox, suprimir panes y cereales, o quitar para siempre la leche de nuestra alimentación. Estas indicaciones, son solo algunos ejemplos de los inquietantes "consejos nutricionales" que se hablan en la mesa de muchos hogares, ya sea en forma de dietas milagro, programas televisivos, blogs en redes sociales, folletos publicitarios o libros. Todos ellos, por supuesto, vienen presentados con un empaque elegante y cuidado, a menudo, de la mano de algún personaje famoso que poco sabe de nutrición, pero mucho de audiencias y que convierten a estos "métodos", fórmulas o libros en éxitos absolutos de ventas.

Es claro que cada vez hay más interés por la nutrición. Y esto, aunque se trata de algo deseable, en ocasiones se acompaña de expectativas exageradas y poco realistas. Sobre todo, porque los conocimientos nutricionales de la población son insuficientes. Eso nos convierte en lectores vulnerables y crédulos ante las campañas de ventas, los mensajes bien montados, los libros bonitos o los falsos testimonios. Para poner freno a esa situación, a continuación se muestran siete rasgos que suelen compartir los falsos maestros:

1. Realizan declaraciones irrazonables o exageradas relacionadas con la alimentación, tales como rápidas disminuciones de peso o "curación" de una amplia gama de enfermedades diabetes-demencia senil, aterosclerosis, disfunción renal, depresión, osteoartritis o incluso el cáncer.
2. En sus argumentos no faltan palabras o frases tales como "desintoxicación", "sin químicos", "limpieza", "equilibrio interior", "curación vibracional" o "alimentación natural y energética" –
3. La palabra "**natural**" es muy habitual escucharla en boca de los falsos nutricionistas.

**Curriculum:** A veces basta con revisar su currículum, lleno de vaguedades tales como "me interesa todo lo relacionado con la salud y la armonía interior" o "he estudiado en diferentes países", sin concretar en ningún momento una titulación universitaria. Es un rasgo habitual que relaten sus propios problemas previos de salud. Problemas que no lograron solucionar con la medicina tradicional, pero sí con un enfoque dietético alternativo. Quien mejor enfocó esta circunstancia es el catedrático de Nutrición Abel Mariné, (1) que en 2012 señaló que estas dietas tienen "cosas buenas y originales, pero las buenas no son originales y las originales no son buenas".

**Principales peligros de seguir la dieta de cualquiera y de cualquier modo:** El principal peligro de estos individuos es que generan una gran desorientación. La Asociación Argentina de Dietistas y Nutricionistas – AADYND- indica que la desinformación nutricional hace que las personas pierdan la confianza en las fuentes tradicionales de información nutricional y que cada vez presten menos credibilidad a las entidades de referencia.

Además de las consecuencias impredecibles de seguir una pauta dietética sin sentido, apostar por estos métodos puede:

- Demorar o evitar la búsqueda de un tratamiento adecuado y necesario para curar una enfermedad
- Generar malnutrición por exceso o por defecto de nutrientes.
- Elevar el riesgo cardiovascular
- Favorecer el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria
- Cronificar o sistematizar hábitos alimentarios arriesgados
- Fomentar el sentimiento de frustración, que perjudica al estado psicológico
- Producir gastos económicos innecesarios
- Padecer efectos secundarios a causa de suplementos dietéticos no evaluados en humanos

Como expreso la Lic. Elena Andueza, Docente de UBA y Diplomada en Salud Pública como sugerencia para los profesionales jóvenes, en una editorial para DIAETA "Debemos rechazar el charlatanismo y mantenernos fieles al conocimiento científico, esos son los verdaderos valores de la profesión". ( 2)

### **Lic. Graciela González**

*Comité de Asuntos Profesionales y Legales*

*AADYND*

1.-Abel Marine Font (Barcelona 1943)Profesor Director general de Universidades de la Generalitat de Cataluña (1986-1990) y miembro del Cuadro de Expertos en Seguridad de los Alimentos de la Organización Mundial de la Salud

2.-Andueza, Elena- 80 años de Nutricion- Editorial- Entrevista a Lic. Elena Andueza, Diaeta,(B.Aires) 2015; 33(153):19-21