



Portada Actualidad En Imágenes Edición Impresa Hemeroteca **Especiales** Canales Intendencias Clasificados Servicio

Especiales ...

En Flash ...

en Diariodenavarra.es en

CULTURA Y SOCIEDAD-Un error matemático daña el acelerador de partículas

ACTUALIDAD
Cultura/Sociedad

OBESIDAD

Martes, 10 de abril

Uno de cada doce españoles utiliza plantas medicinales contra el sobrepeso

Hasta un 78 por ciento de consumidores se muestra favorable al uso de la fitoterapia para perder kilos

Uno de cada doce españoles emplea plantas medicinales para controlar el sobrepeso, en concreto los consumidores habituales de plantas (uno de cada tres mayores de 15 años), según una encuesta INFITO (Centro de Investigación sobre Fitoterapia).

AGENCIAS. MADRID

Sin embargo, el porcentaje de consumidores que se muestra favorable a ellas para perder peso se eleva al 78 %. Vascos, andaluces y valencianos son los más proclives (90%, 84% y 78%, respectivamente); los menos, los gallegos. Por grupos de población, los más partidarios de la fitoterapia en el control del peso son los habitantes de núcleos urbanos, los más jóvenes y quienes tienen estudios secundarios.

Con la llegada del buen tiempo el número de españoles que quiere perder unos kilos de más se eleva, por lo que también se disparan las consultas al farmacéutico, de quien la mayoría de los encuestados dice haber recibido consejo sobre qué preparados de plantas medicinales que más les convenían. El farmacéutico, por su proximidad al ciudadano, puede ayudar a evitar que ese 40 % de españoles con sobrepeso pase a ser obeso, con el consiguiente riesgo de sufrir enfermedades como la diabetes, la hipertensión o los trastornos cardiovasculares, advirtió el profesor Jesús Román, presidente de la Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación. «Si es un paciente obeso se le remite al médico y si se trata de un sobrepeso moderado, el farmacéutico puede aconsejarle una dieta hipocalórica sana, ejercicio moderado, y según su caso, preparados de plantas medicinales de eficacia demostrada», aseguró.

A juicio de este experto, se trata de reducir el sobrepeso de manera paulatina y segura, con el

Tamaño de letra: | imprimir

sobrepeso

¿Quieres verte ideal? Mira: Gratis análisis nutricional
www.tunuevafigura.com

Promociones Navarra

Vea fotos de miles de casas y pisos nuevos e instalaciones
www.portae.com

Parque Solar En Navarra

Negocio Rentable sin Riesgos. Con Subvención de Instalación

www.parquessolaresdenavarra.com

CompraVenta.com Casas

Compra y venta entre particulares Pisos, casas y apartamentos

www.CompraVenta.com

PATROCINIO



LA BIBLIOTECA PÚBLICA EN C

- ✓ [Directorio de bibliotecas públicas de](#)
- ✓ [Normativa de préstamo](#)
- ✓ [Obtención del carné](#)

asesoramiento de un profesional de la salud.

En este sentido, el farmacéutico puede recomendar diferentes tipos de preparados de plantas medicinales según el tipo y causas del sobrepeso. «Tenemos las plantas saciantes, que producen una sensación de llenado de nuestro estómago y en consecuencia reducen el apetito, como el plantago o el glucomanano. Otro tipo de plantas evitan que el exceso de hidratos de carbono se convierta en grasas en nuestro organismo o que impiden una t absorción de las mismas, como el té. Y las hay que favorecen la termogénesis, es decir, el quem grasas, como el té o el mate», explicó, por su parte, catedrática de Farmacología de la Universi Granada y presidenta de Infito, Concha Navarro.

La camilina o té verde es la tercera planta medicinal más conocida por los españoles después de y la soja. El 82 por ciento de los consumidores habituales de fitoterapia la conocen y un 45 por c utilizan con fines terapéuticos, según la encuesta de Infito.

OPINIONES DE LOS LECTORES

Deja tu opinión

Nombre y apellidos

Email Tlf. DNI

Enviar

Diariodenavarra.es no se responsabiliza ni con necesariamente las ideas o manifestaciones de las opiniones por sus lectores La discrepancia : disparidad de puntos de vista serán siempre bi mientras no ataquen, amenacen o insulten a u empresa, institución o colectivo, revelen infor privada de los mismos, incluyan publicidad cor autopromoción y contengan obscenidades u ot contenidos de mal gusto.

[\[Ver las opiniones de la noticia\]](#)

COMPRAS



COMPRAR



COMPRAR



COMPRAR



COMPRAR

Smartphone S620-excalibur
Un dispositivo totalmente revolucionario.
PVP: 389,00 €

Tanga Kookaï
Encaje rosa y negro delante y lacito. De punto extensible con estampado de flores.
PVP: 16,90 €

Teleasistencia
Programe vd. sus teléfonos de emergencia y con el colgante se activaran cuando se pulse.
PVP: 185,60 €

Portátil Hewlett-packard 510
CO n procesador Intel Celeron m 360 / 1.4 Ghz, RAM: 512 MB, H 60 Gb.
PVP: 564,75 €

© Diario de Navarra

Carretera Zaragoza s/n. 31191 CORDOVILLA (NAVARRA).

Teléfono: 948 23 60 50. Fax: 948 15 03 20.

[Aviso Legal](#) | [Política de privacidad](#) | Publicación digital controlada por [OJDinteractiva](#)

