

VIDA Y OCIO

## Gastronomía: cocina más salud

Pamplona acogerá en octubre el III Congreso Internacional sobre alimentación

01.09.08 - PEDRO G. MOCHOLÍ | VALENCIA

En cuestiones de alimentación, muchas situaciones que vive el ser humano, se mueven en un mar de vacilaciones y dudas. Dudas generadas en muchos casos, por mensajes contradictorios y partidistas.

Hasta los principios de los años 80, la leche que se solía tomar era leche entera, pero surgió el mensaje y la moda de los desnatados. A la leche se le comenzó a extraer todo aquello que podía tener un átomo de vitamina por el hecho de poder engordar. Una moda que sucumbió unos 15 años después, y que desencadenó en que a la leche se le tenía que incluir todas las propiedades que se le habían quitado, y que podían beneficiar al individuo. En estos momentos, la leche lleva más propiedades que personas en el camarote de los hermanos Marx. Por fortuna, hay algunas empresas lecheras que están incluyendo entre sus productos, una leche entera con las propiedades naturales que genera la vaca: grasas y vitaminas.



Arzak y Luis Andoni Adúriz, en la entrega de premios de la pasada edición.

Con el aceite de oliva pasó tres cuartos de lo mismo. Aquellos que postularon por divulgar la dieta mediterránea cayeron en el más absoluto de los olvidos. La dieta mediterránea era como una especie de plaga llegada del antiguo Egipto, hasta que alguien por fortuna, descubrió que los índices de longevidad en los países de la cuenca mediterránea era superior a los del resto del mundo, destacando entre estos países la propia Albania.

En cuestiones de alimentación siempre debe de predominar el equilibrio. Todos los productos pueden ser buenos o malos, según sea su consumo. No hay que basar la alimentación en un solo tipo de alimentos, la variación de todos ellos es la que genera una gastronomía rica y en constante renovación, fundamental para disfrutar de una dieta sana y alegre.

Pamplona celebra su Congreso Internacional Gastronomía y Salud. Las ponencias que se ofrecen a lo largo de los tres días de duración, intentan abarcar todos aquellos aspectos fundamentales que se dan entre la salud y la alimentación. Englobando por causas naturales a la gastronomía y a los cocineros.

El Congreso comenzará el 1 de octubre, finalizando el 3 del mismo mes, y en él intervendrán cocineros y doctores. En sus intervenciones, intentarán desarrollar y despejar todas aquellas inquietudes que hayan podido generar el título de sus ponencias. Algunas tratarán de temas de actualidad, y otras de temas polémicos. Pero en todas ellas, se dará la visión científica y gastronómica, y al igual que en la edición pasada se discrepará, pues sin éste concepto no se avanzaría. Pero ante todo, se buscará una solución unificada, aunque en algunos casos el año pasado fue compleja. El tema de los alimentos transgénicos y la idoneidad del vino en las comidas fueron los contenidos que más debate produjeron.

La introducción al Congreso lo realizarán Luis Andoni Adúriz y Manuel Toharia, autor del libro *Confieso que he comido. Memorias metabólicas*. Los presentadores y moderadores serán Jordi Estadella y Raimundo G.<sup>a</sup> del Moral, crítico gastronómico y Catedrático de Anatomía Patológica, por la Universidad de Granada.

Las ponencias y sus disertadores serán los siguientes cocineros o doctores. "La alimentación en el niño y salud en el adulto." Intervendrán Carmen Ruscadella -tres estrellas Michelin- y el doctor Alfonso Delgado, catedrático de Pediatría. "Sistemas biológicos que regulan el apetito. La gula -hiperfagia-, el ayuno -

hiporexia-, *¿dos caras de la misma moneda?*", donde intervendrán don Frédéric Bau, pastelero francés y el doctor José Ramón Azanza, profesor de farmacología.

En la ponencia "*Presente y futuro de las algas en la gastronomía*", en la que intervendrán Marcelo Tejedor -una estrella Michelin- y don Giuseppe Russolillo, presidente de Asociación Española de Nutricionistas y Dietistas. "*Los alimentos y el Cáncer*" será una de las ponencias que más expectación va a generar, donde contará como ponentes a Josean Martínez Aluja -una estrella Michelin- y el doctor Jesús García Foncilla, director del departamento de oncología de la Universidad de Navarra.

Otra de las ponencias que se abordarán en esta edición será "*Peligros asociados a la ingesta de setas*", donde expondrán sus conocimientos, Nando Juvany -estrella Michelin- y el doctor José Elizalde, toxicólogo. Al igual que en la edición anterior, el vino será un interesante momento de debate, en el que intervendrán Francis Paniego -estrella Michelin- y Pilar García Granero, enóloga. En este debate, también lo animarán, sin duda, don Carlos Falcó, Imanol Arias, Juan Echanove y Fernando Chivite, enólogo y propietario de las Bodegas Julián Chivite.

El cocinero Carlos Arguiñano será el cocinero premiado con el Ciudad de Navarra, por su aporte a la divulgación de la gastronomía, que recibirá el premio de manos de Juan Mari Arzak, primer cocinero premiado de este galardón.

gastronomia@lasprovincias.es