SOCIEDAD

Vegetales contra el sobrepeso

Uno de cada diez españoles utiliza plantas medicinales para adelgazar y uno de cada cuatro tienen intención de ponerse a dieta este año

19.04.09 - RAFAEL HERRERO

El uso de la fitoterapia para adelgazar cuenta cada vez con mayor número de adeptos. Uno de cada diez españoles, en concreto un 12%, utiliza o ha utilizado plantas medicinales para perder peso, según una encuesta efectuada entre mil personas elaborada por Infito (Centro de Investigación sobre Fitoterapia). A lo largo del presente año tienen intención de ponerse a dieta una de cada cuatro personas (24%), se desprende del estudio, que desvela que las mujeres (29%) se muestran más proclives que los hombres (19%) a adelgazar. Especialmente tienen intención de combatir el sobrepeso los jóvenes de 18 a 29 años (28%) y los residentes en Andalucía (28%), Cataluña y Madrid (26%).

En cambio, los menos proclives a hacer dieta son los hombres mayores de 40 años y la tercera edad, así como los residentes en el País Vasco y Comunidad Valenciana. A dos de cada tres encuestados, casi el 68%, lo que más les preocupa del sobrepeso son sus negativas repercusiones para la salud y sólo a un 7% le importa más la estética que gozar de unas condiciones saludables. Son muy pocos, en torno al 5%, a los que no les preocupa ninguna de las dos consecuencias por tener exceso de peso. A medida que aumenta la edad, la concienciación sobre las consecuencias del exceso de peso en la salud son mayores, una inquietud que también es superior entre los madrileños y los gallegos. La preocupación por la estética crece entre los consultados más jóvenes y estudiantes.

Plantas medicinales

Un 12% de los encuestados dice usar o haber usado plantas medicinales para el sobrepeso. Destacan las mujeres (18%) por encima de los hombres (5%) y, por grupos, las amas de casa (18%), quienes se encuentran entre los 40 y 49 años (15,5%) y los residentes en Cataluña (17%) y Andalucía (15%). Quienes manifiestan no haber hecho uso de plantas medicinales en su dieta de adelgazamiento (88%) son hombres en su mayoría, menores de 29 años y estudiantes.

«Los preparados de plantas medicinales que podemos encontrar en farmacia con registro sanitario tienen todas las garantías de eficacia y seguridad», apunta Concha Navarro, catedrática de Farmacología de la Universidad de Granada, presidenta de Infito. «Los consumidores cada vez son más conscientes de que las plantas medicinales con indicación terapéutica son medicamentos como los de síntesis y la farmacia es el único lugar donde se deben adquirir».

Cuenta NÓMINA de ING DIRECT, VISA GRATIS