

si quieres una tarifa plana que se adapte a tu negocio

SOCIEDAD

## Adelgazar con las recetas del chamán

Cada vez más españoles optan por ponerse a dieta con la fitoterapia, el uso de plantas medicinales para perder peso

19.04.09 - RAFAEL HERRERO (COLPISA) | MADRID

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. Por grupos de población, especialmente tienen intención de combatir el sobrepeso los jóvenes de 18 a 29 años (28%) y, por comunidades autónomas, los residentes en Andalucía (28%), Cataluña y Madrid (26%), y Galicia (25%).

En cambio, los menos proclives a hacer dieta de control de sobrepeso son los hombres mayores de 40 años y la tercera edad, así como los residentes en el País Vasco y la Comunidad Valenciana, refleja el trabajo de campo. 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. En cambio, la preocupación por la estética crece entre los consultados más jóvenes, entre los estudiantes y los residentes en la Comunidad Valenciana.

Un 12% de los encuestados dice usar o haber usado plantas medicinales para tratar el sobrepeso.

En la utilización de la fitoterapia destacan las mujeres (18%) por encima de los hombres (5%) y, por grupos de población, 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, así como los residentes en Galicia y Madrid.

### Preparados medicinales

«Los preparados de plantas medicinales que podemos encontrar en la farmacia con un registro sanitario tienen todas las garantías de eficacia y seguridad», apunta Concha Navarro, catedrática de Farmacología de la Universidad de Granada y presidenta de Infito. «Los consumidores -agrega- 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». La encuesta revela que a la mayor parte (59%) de los consumidores que planean perder peso este año les gustaría que su farmacéutico les asesorara con un programa que incluyera dieta, ejercicio y plantas medicinales.



Manipulación de ginseng en una fábrica coreana. /AP

### MÁS DATOS

Acceptar consejos para comer

**Andaluces sí, vascos no:** El estudio revela que los andaluces son los españoles más receptivos a los consejos sobre dieta, frente a los vascos, que se oponen.