

ACORDES Y DESACUERDOS



ANTONIO
ÁLVAREZ

www.antonioalvarez.info

Milagros y manos de santo

Dieta Dukan Dhu

Hipócrates no era hipócrita. Y si levantara la cabeza, la diñaba de nuevo del disgusto ante algunos gurús como el doctor **Pierre Dukan**, al que el colegio de médicos franceses ha expulsado, y que pueblan parajes no necesariamente naturales. Lo de jurar, por el juramento del famoso médico griego, vamos a dejarlo en manos de los cargos públicos que juran o prometen para después pasarse por el forro sus palabras, porque como dicen se las lleva el

viento, y no problem... Está claro que desde que **Demis Roussos** se hizo famoso por el *Triki Triki* y las 'gafapasta' de la **Nana Mouskouri** eran de **señorita Rotenmeyer** post coito, odio más el yogur griego, y de **Heidi** ni hablar. Me suena todo este tinglado de las dietas milagro a chino mandarín, a francés o griego, y hablo de dietas, no de sexo (aunque está demostrado que se pierden calorías de una manera más sana y placentera, disfrutando y sonriéndote la vida).

Tengo la suerte y dicha de que convivo con una doctora en Nutrición y profesora de la Universidad de Granada, que se ríe de lo que oye, pero que se preocupa ante la imposibilidad de combatir tanta falacia mediática y comercial. Me abre los ojos y los oídos a tanta filosofía barata, tanta mano de santo, tanto elixir de la eterna juventud, tanta receta de **Telva**, tanta teoría para **Anas Rosas Quintanas**, y tanto experto y experta al más puro estilo púlpito en mesa de camilla para **María Te-**

resa Campos Jazz Band. Es increíble como la Administración no toma cartas en el asunto porque estamos en manos de publicistas de multinacionales que con agresivas campañas de *marketing*, *best sellers* y mil mentiras repetidas que se convierten en verdad, se llevan al huerto a tanta gente en el mundo, y en España, con pocas llámense Dukan o **Perico el Zangón**, muchas de ellas nada acreditadas científicamente. Toda dieta milagro tiene truco y en el fondo es un negocio 'sacacuartos' (como decía mi abuela **Carmela**). No hay más ni mejor dieta que el ejercicio físico y comer menos controlando algunos alimen-

tos, pero alimentándose de casi todo es como de verdad se adelgaza, eso sí, sin correr las 24 horas de Le Mans que es lo que fascina a la población, en vez de adelgazar pasito a pasito, adaptando el armario a cada percha. Sólo profesionales y no chamanes pueden asesorar. Fuegos artificiales y canciones bellas para los **Duncan Dhu** que andan de gira hasta otoño, y que de Dukan poco; ya se sabe que educando y no chupando piruletas es como se modelan ciudadanos y no bestias voraces del consumo en la línea **Maginot** que la trinchera del Mercado modela, para deleite de cuentas corrientes y sueños bastardos de seducción.