



SOCIEDAD



Salvador Aznar recogió este jueves el Premio Nacional de Investigación de la FCCR. /EUGENIO GUTIÉRREZ

LA SALUD (TAMBIÉN) HABITA EN EL PLATO

Salvador Aznar Benitah, investigador del Laboratorio de Células Madres y Cáncer del IRB de Barcelona, recoge el Premio Nacional de Investigación de la Fundación Científica Caja Rural de Soria

ANA I. PÉREZ MARINA / SORIA

Nadie pone en duda que el tabaco mata. Y que el consumo de altas dosis de alcohol es nocivo para la salud. Sin embargo, no se concede la misma relevancia a la dieta, aunque todo el mundo sepa que hay que comer sano. «La dieta puede tener un impacto tan grande como el tabaco, pero no lo pensamos, no pensamos que por comer galletas con grasa de palma podemos tener más mutaciones en las células madre. Y eso es así», asegura el doctor Salvador Aznar Benitah, que lidera el Laboratorio de Células Madre y Cáncer del Instituto de Investigación Biomédica (IRB) de Barcelona, que esta semana ha recibido el Premio Nacional de Investigación de la Fundación Científica Caja Rural (FCCR) de Soria.

Los estudios que lidera Salvador Aznar Benitah buscan «compre-

nder» cómo y por qué tienen la capacidad de regeneración los tejidos en el ser humano, un proceso que por ser inapreciable no deja de tener «un fondo espectacular». A diario se pierden células de la sangre, de la piel o del intestino y, sin embargo, los tejidos se recuperan. «Eso se debe a que hay unas células madre que se encargan de saber cuál es el equilibrio entre lo que se pierde y lo que se genera. Intentamos entender por qué dejan de funcionar bien cuando envejecemos, sabemos qué ocurre pero no las causas, y cuando los tejidos desarrollan tumores se originan en estas células madre», matiza el investigador.

Y en el comportamiento del 'matriarcado' celular el doctor Aznar Benitah y su equipo hallaron el daño que causa el aceite de palma (palmítico) en la salud. «Nos lo encontramos al estudiar el proceso de metástasis en tumores, por qué se desarrolla en unos pacientes y en

otros, no. Dentro de los tumores no todas las células tienen capacidad metastásica, unas pueden invadir y colonizar los órganos del paciente y acabar con su vida, y otras no».

En opinión del doctor Aznar, se ha subestimado el «impacto profundo» que puede ocasionar la alimentación en la salud, en el funcionamiento de las células madre. La dieta de las sociedades industrializadas es «malsana» y falta información sobre lo que se pone en el plato. Los hábitos han cambiado y el hecho de que se acuda con menos frecuencia a los mercados y a las tiendas de barrio y la cesta de la compra se llene en las grandes superficies fomenta la ingesta de productos con más grasas. Lo peor, con más grasas saturadas.

«Algo aparentemente inocuo como una galleta 'maría', que se han comido toda la vida, está llena de aceite de palma. No nos damos cuenta, aunque pensemos que co-

memos bien y tiene impacto en el envejecimiento, en tumores más agresivos... tratamos de entender por qué ese ácido palmítico está haciendo tanto daño», advierte.

BATALLA PERDIDA. El investigador Salvador Aznar Benitah está convencido de que la batalla de la prohibición de ciertos productos, como el aceite de palma, por parte de las autoridades sanitarias está perdida. «Mientras tengamos una sociedad que sigue vendiendo tabaco o diésel, ¿qué vamos a hacer? Para demostrar de forma definitiva que las empresas aceptasen que el tabaco provoca cáncer tuvieron que pasar 40 años de investigación. Así que la única fórmula es la información y la divulgación. Hay empresas que ya están concienciando de los daños del aceite de palma. Y, al final, es una cuestión de oferta y demanda, de ver si puedo elegir en el supermercado», reflexiona.

Aznar insiste en que la clave está en poner al mismo nivel la alimentación que el tabaco y el alcohol. Porque una dieta hipocalórica alarga la vida «un 30-40%», mientras que si es rica en grasas saturadas, acorta el ciclo vital.

En este sentido, el doctor Aznar pone en valor premios como el que ha obtenido de la FCCR y la difusión a la población a través de programaciones como la del Mes de la Salud. «Me parece que está muy bien por la divulgación y porque se involucra a los investigadores. Mucho de lo que hacemos tiene relación en el día a día de la gente. Y la dieta mediterránea es una joya que no se puede perder», considera.

SORIA SALUDABLE

La labor «callada» de Guardia Civil, Policía y Ejército

El XXIII Mes de la Salud, que organiza la Fundación Científica Caja Rural (FCCR) de Soria, está dedicado en esta ocasión al papel de las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado y del Ministerio de Defensa en materia de prevención para evitar problemas de salud pública. El doctor Juan Ruiz Liso recordó durante la presentación que la labor de la Guardia Civil, la Policía y el Ejército es «callada, pero esencial» en inundaciones, fuegos, terremotos, búsqueda de personas, terrorismo, violencia de género, educación y formación, etcétera, así como en acciones que se realizan en el exterior. Por su parte, la subdelegada del Gobierno, Yolanda de Gregorio, destacó que los agentes y militares están preparados «cuando está en juego la integridad de las personas».

24

El día 24 de octubre tendrá lugar la próxima conferencia (19.00 horas, Aula Magna). El jefe de los Servicios Sanitarios de la Academia Militar de Zaragoza, Luis Alcarazo, disertará sobre la alimentación del Ejército de Tierra.

Actos

Además de las conferencias, que se prolongarán hasta el próximo 16 de noviembre, se han programado exposiciones y exhibiciones para este XXIII Mes de la Salud dedicado a los agentes de las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado. Cabe destacar que, del martes al jueves de esta semana, se instalará en la plaza Mariano Granados la *Formación Sanitaria de Tratamiento* por parte de la Agrupación Sanitaria número 3 de Zaragoza.

SALVADOR AZNAR
INVESTIGADOR IRB
BARCELONA

«Algo aparentemente inocuo como una galleta 'maría' está llena de aceite de palma»

«La dieta puede tener un **impacto** tan grande como el tabaco»