

## CONTESTACION AL DISCURSO DE INGRESO COMO ACADEMICA CORRESPONDIENTE DE LA ILTMA. SRA. D<sup>a</sup> MARIA DEL MAR REBOLLOSO FUENTES

ILTMO. SR. D. TOMAS MARTINEZ MOYA \*

Sr. Presidente de la Real Academia de CC.VV. de Andalucía Oriental,  
Sr. Presidente del Colegio Oficial de Veterinarios de Almería,  
Sres. Académicos de la Real Academia de CC.VV. de Andalucía Oriental,  
Queridos compañeros, Señoras y señores, Amigos,

Creo que es más que pertinente en primer lugar agradecer la oportunidad que se me ha ofrecido de contestar al discurso de ingreso a nuestra Ilustre Corporación como Académica Correspondiente de la Dra. Dña. María del Mar Reboloso Fuentes, ocasión que me aporta una doble satisfacción tanto desde el punto de vista personal, como desde el punto de vista científico y académico.

Los que me conocen saben que habitualmente huyo del halago vacuo, y en esta ocasión no veo motivo para hacer una excepción, así que las palabras que dedicaré a esta respuesta nacen de la sinceridad más absoluta y del reconocimiento a una persona de gran valía.

Dado que es obvio que el protagonismo de este acto ha de cederse a la nueva Académica, y también por evitar alargar el acto que nos ocupa más allá de los límites que la prudencia aconseja, entraré directamente en materia, anticipándoles que mi alocución versará sobre dos aspectos que considero de interés para esta ocasión, y

---

\* Académico de Número de la Real Academia de Ciencias Veterinarias de Andalucía Oriental.

que serán, en primer lugar, mostrar una breve semblanza sobre la figura de la Dra. Reboloso, tras la cual, la segunda parte de mi intervención ligará con el interesantísimo y de candente actualidad asunto de los Alimentos Funcionales, a modo de modesta glosa a la brillante intervención de nuestra nueva académica.

Hablar bien de María del Mar Reboloso es muy sencillo, porque no hay escarbar demasiado para encontrar calificativos elogiosos que la definan. No me extenderé demasiado, pero no puedo dejar de destacar que, en lo personal, la Dra. Reboloso es una excelente compañera, afable, elocuente, de un trato exquisito, a la que jamás he escuchado una palabra de lamento, o de reproche, y que derrocha y contagia simpatía y energía allá por donde va. Cualquiera que la haya tratado podría refrendar y compartir mis palabras. Por ese motivo, me enorgullezco de contar con su amistad. Pero además, la Dra. Reboloso es una gran Profesora de Universidad, en la doble vertiente docente e investigadora, que tan brillantemente aúna en su trabajo diario.

Dado que la dinámica de este tipo de actos aconseja mostrar, aunque sea brevemente, un semblante del amplio curriculum de la beneficiaria, a pesar de su juventud, procederé a continuación a destacar algunos aspectos de sus méritos.

María del Mar Reboloso Fuentes es Licenciada en Ciencia y Tecnología de los Alimentos (Universidad de Córdoba), y fue durante aquellos años cuando tuve la oportunidad de conocerla. Finalizada aquella etapa, continuó su formación hasta conseguir su Doctorado en Ciencias Químicas (Universidad de Almería), tras un periodo como Becaria docente en el Dpto. Ingeniería Química desde 1996-2000.

Posteriormente, fue Profesora Asociada (tiempo completo) en el Área de Tecnología de Alimentos desde 2000-2004. En 2004 superó la oposición que la convertiría en Profesora Titular de Universidad de la Universidad de Almería, en el Área de Tecnología de Alimentos, situación administrativa en la que continúa a fecha de hoy.

En la actualidad ejerce los cargos siguientes:

- Miembro del Comité Científico de la Revista virtual latinoamericana ReCiTeIA (Revisiones de la Ciencia, Tecnología e Ingeniería de los Alimentos) desde 2011.
- Socio de número de la Asociación Española de Profesionales del Análisis Sensorial (AEPAS) desde 2012.

En relación con sus Actividades de Investigación:

Ha sido miembro de los siguientes Grupos de Investigación:

- Biotecnología de microalgas marinas desde 1995 hasta 2001.
- Biotecnología de productos naturales, desde 2001 hasta 2008.
- Química de biomoléculas y procesos alimentarios desde 2008 hasta 2013.
- Genética de hortícolas desde 2013 hasta la fecha.

Cuenta con dos sexenios de investigación evaluados y reconocidos por la Agencia Nacional de Evaluación de la Calidad.

Ha participado en diferentes proyectos de investigación de financiación pública. Entre ellos destacaremos, por su relación con la temática sobre la que hoy nos ha hablado, lo siguientes:

- Cultivo de microalgas en fotobiorreactores externos para la obtención de ácidos grasos poliinsaturados de cadena larga. Mejora genética de estirpes y purificación final del producto.
- An integrated production system of highly purified eicosapentaenoic acid from microalgae. Improvement of the photobioreactor and downstream processing (EPALMAR).
- Optimización de la aplicación de técnicas de refrigeración a la postcosecha de variedades hortícolas características del sudeste peninsular.
- Determinación de la composición nutritiva de las variedades hortícolas de la provincia de Almería.
- Estudio de la composición nutritiva del aceite Castillo de Tabernas. Influencia del proceso de elaboración y beneficios para la salud según dicha composición relacionándola con estudios oficiales ya realizados y documentación publicada;

Esta actividad científica se recoge en más de 20 publicaciones científicas en revistas internacionales, la mayoría situadas en el primer cuartil del Science Citation Index., así como se han difundido mediante más de 25 comunicaciones a congresos internacionales.

En relación con sus Actividades Docentes:

Además de las previamente señaladas como Becaria docente en el Dpto. Ingeniería Química desde 1996-2000, como Profesora Asociada (a tiempo completo) en el Área de Tecnología de Alimentos desde 2000-2004, y como Profesora Titular de Universidad (Área de Tecnología de Alimentos) desde 2004 hasta la actualidad, la Dra. Reboloso es miembro del Grupo Docente COMPING (Competencias en Ingeniería)

de la Universidad de Almería desde 2006 hasta la fecha, cuya actividad se centra en la innovación docente y el trabajo cooperativo en el centro y en el aula.

Fue miembro del Comité Organizador de las Jornadas nacionales sobre Aprendizaje Cooperativo e Innovación Docente 2009 organizadas por el Grupo Docente COMPING y celebradas en la Universidad de Almería.

Ha impartido docencia de tercer ciclo en el Programa Ingeniería de Bioprocesos: Fármacos, Medioambiente y Alimentación del Departamento de Ingeniería Química de la Universidad de Almería, en el Curso de Doctorado Análisis Bioquímico de Sistemas Biológicos.

Ha sido Profesora en diferentes Títulos propios de la Universidad de Almería "Experto en Alimentación y Salud Ambiental", "Especialista en Alimentación y Salud" desarrollando los módulos de Calidad y seguridad en las Industrias Alimentarias y Bromatología.

Ha participado en Proyectos de intercambio entre Personal de la UAL y Directivos de empresas para potenciar la innovación docente e incrementar la colaboración de la Universidad con empresas e instituciones.

Y nosotros tuvimos el privilegio de contar con su participación en el Ciclo "Olores y Sabores en la dieta mediterránea" organizado por esta Real Academia, impartiendo la conferencia "Frutas y hortalizas. Un placer muy saludable" que se celebró en esta misma sede en noviembre de 2011.

El extracto que les he dado a conocer refleja el sobrado merecimiento de la Dra. Reboloso para formar parte de nuestra Corporación, como así fue de hecho reconocido por la Academia en su correspondiente sesión.

Ciertamente el curriculum investigador supone la parte objetiva, o al menos cuantificable de los méritos de un científico, su tarjeta de visita. Pero existe una parte de la labor de un profesor de Universidad en la que dudosamente puede utilizarse la extensión de un curriculum investigador para valorarla, y me estoy refiriendo a la aptitud para la docencia.

Si bien de forma ideal ambas facetas, docente e investigadora, hubieran de estar ligadas en la figura de un docente universitario, lamentablemente todos los que hemos pasado por las aulas de los centros de educación superior podríamos aportar abundantes ejemplos de todo lo contrario, de excelentes investigadores, con escasa o nula capacidad didáctica. Afortunadamente, también hay en la memoria de cada uno de nosotros otros muchos profesores que dejaron huella por todo lo contrario, por su

capacidad de transmitir, no sólo conocimientos, sino también entusiasmo por el saber, interés por el estudio, y en definitiva, por motivarnos. Un modelo de esos profesores está representado por la Profesora Reboloso, como he tenido personalmente ocasión de comprobar en distintos foros, y como han podido disfrutar de ello todos ustedes hoy también durante su brillante discurso. Y esta preocupación por la docencia se acredita a través del reconocimiento que recibió de la Universidad de Almería, que le otorgó el Premio al mejor docente de la Escuela Superior de Ingeniería en la titulación de Ingeniero Agrónomo, y también en las 10 publicaciones sobre innovación docente y aprendizaje cooperativo en revistas/congresos de docencia universitaria de las que ha sido autora.

Hago esta reflexión con la intención de reivindicar la figura del docente entregado con empeño a la tarea de lograr un aprendizaje efectivo en sus alumnos, que está, en opinión del que les habla, poco valorada. Y es en tiempos difíciles como los que nos toca vivir cuando son más necesarios que nunca. Los que habitamos las aulas universitarias asistimos en los últimos tiempos a un creciente desánimo entre nuestros alumnos, que contemplan con pesimismo su futuro laboral, a pesar de formar parte de la generación mejor preparada de nuestra historia. La realidad parece confirmar tozudamente que el enorme esfuerzo económico que supone para la sociedad preparar a un titulado universitario, acaba en saco roto, porque no les damos la opción de revertir esa inversión educativa en forma de creación de riqueza a partir de sus conocimientos. A pesar de todo, es imprescindible que pongamos todo lo que esté en nuestras manos para evitar que caigan en el desánimo, y por eso son necesarios los docentes capaces de generar entusiasmo entre nuestros alumnos. La Dra. Reboloso es una militante destacada de este partido de los apasionados por su profesión. Y esta cualidad, no puede ser expresada fácilmente en un CV.

Además, el valor de los méritos curriculares de la Dra. Reboloso es todavía mayor si tenemos en cuenta el contexto en el que se logran, y en este sentido, quisiera, aunque fuera sólo a modo de apunte, llamar la atención sobre la dificultad que supone, todavía en los tiempos que corren, ser científico y ser mujer. Conciliar ambas facetas siempre ha sido complicado en nuestro país, y a pesar de todos los avances del siglo en el que vivimos, hay algo que no ha variado desde tiempos inmemoriales, y es que el peso del cuidado de los hijos y del gobierno de las tareas domésticas son responsabilidades que continúan recayendo casi exclusivamente sobre las madres, sean científicas o no. Esta entrega, implica inevitablemente en la carrera de todo investigador un freno en su producción científica, si bien esta merma es clarísimamente mayor en el caso de la mujer científica, y tanto es así que en no pocas ocasiones es causa de pérdida de las opciones de alcanzar los puestos más elevados en la competitiva carrera docente

e investigadora. Sirva como muestra de lo que afirmo este sencillo dato: menos de la cuarta parte de los catedráticos de universidad son mujeres a pesar de que existen más universitarias que universitarios desde hace varios años en nuestro país. Se podrían aportar muchos datos adicionales que confirmasen la existencia del denominado “techo de cristal” para la mujer en investigación, pero no quisiera pecar de minucioso y por tanto se los ahorraré. Volviendo a nuestro caso, quienes conocemos las circunstancias personales de la Dra. Reboloso, y su faceta de “madre numerosa”, no podemos dejar de reconocer el valor añadido que cada uno de sus logros adquiere, y por eso he querido hacerlo constar en una ocasión tan especial como esta.

Sin más dilación, pasaré a la segunda parte de la tarea que se me ha encargado, y que no es otra que la de dar contestación al contenido del interesante discurso que nos ha ofrecido la Dra. Reboloso, sobre este asunto tan actual de los alimentos llamados “funcionales”.

Ha repasado brillantemente los principales aspectos de esta nueva forma de entender a los alimentos más allá de ser “vehículos de nutrientes”, como a mí me gusta llamarlos, para pasar a convertirse en “nutracéuticos” o “farmaalimentos”. Son éstos términos modernos que utilizamos para indicar que los alimentos han sido modificados, bien enriquecidos o bien mermados, en algún componente que les otorga cualidades específicas y capacidad para ejercer algún tipo de efecto fisiológico favorable adicional al de su contenido nutricional per se. No deberían estas propiedades hacernos olvidar que los alimentos a los que podemos denominar “tradicionales” para distinguirlos de estos otros “funcionales”, han sido utilizados por la población desde hace siglos, y que todos los nutrientes que la fisiología humana precisa pueden obtenerse a partir de ellos sin problema. O dicho de otro modo, podemos afirmar sin temor a equivocarnos que los alimentos funcionales no son necesarios en la dieta del conjunto de la población.

Con esta introducción ya pueden imaginar que no soy precisamente un entusiasta de este tipo de alimentos, a los que algunos detractores todavía más combativos que éste que les habla, ha denominado incluso como “el lado oscuro de la industria alimentaria”, o como un “completo fraude al consumidor”. No sé si me atreveré yo a tanto, pero sí creo necesario hacer una serie de puntualizaciones sobre los mismos.

Durante su intervención, han quedado plasmadas las razones principales para su aparición en el mercado, que podríamos resumir, i) por una parte en el mayor conocimiento de la influencia de la alimentación sobre las enfermedades más habituales en la sociedad occidental (obesidad, enfermedades cardiovasculares, diabetes), ii) por otro, el aumento de las expectativas de vida de la población de dicha sociedad, y la

evidencia de la estrecha relación entre las enfermedades de la tercera edad y la nutrición, y iii) finalmente, el extraordinario desarrollo de la ciencia y la tecnología de los alimentos, que ha permitido el diseño y la puesta en el mercado de nuevos alimentos hasta hace unas pocas décadas impensables. Sin embargo, podemos afirmar que la razón última de su auge consiste en los enormes intereses económicos de los grandes lobbies de la industria alimentaria, y en sus poderosas estrategias de marketing.

A algunos les podrá sonar excesiva esta afirmación, y puede que no les falte la razón, pero lo que resulta evidente es la flagrante desproporción entre el verdadero papel que para la nutrición humana pueden representar estos alimentos (que, en principio, deberían estar dirigidos a grupos específicos de la población), y las ingentes cantidades económicas que se emplean por parte de las empresas alimentarias para convencernos de sus bondades y de la necesidad de su consumo. El bombardeo en los medios de comunicación es de tal calibre que uno pudiera llegar a pensar que la especie humana está cercana a la extinción si no se alimenta de estos preparados funcionales. Nada más lejos de la realidad, puesto que disponemos de una vasta cantidad de alimentos para lograr una alimentación variada, suficiente, completa y equilibrada, sin necesidad de recurrir a los alimentos funcionales.

Otra cosa muy distinta es que sepamos hacer uso de ellos, y así, la Agencia Española de Seguridad Alimentaria, entre otras muchas instituciones, alerta sobre el poco consumo de verduras, legumbres y pescado, así como carencias y desequilibrios en la ingesta de micro y macronutrientes entre la población española. En pocas palabras, nos alejamos de nuestra tradicional dieta mediterránea a pasos agigantados, a pesar de tratarse una de las mejores cocinas del mundo, tanto por sus materias primas, como por la relación calidad-precio, y por sus reconocidos efectos beneficiosos para la salud. Fruto de todo ello, en los últimos años nuestro país muestra niveles de obesidad entre la población adulta superiores a la media de la UE y, lo que resulta más preocupante, nuestro país presenta la segunda mayor proporción de niños con sobrepeso de la UE, tras el Reino Unido.

Disponer de estos alimentos funcionales en principio no debería suponer ningún punto de discordia con los alimentos de siempre, puesto que en principio habrían de estar destinados a grupos de población concretos (por ejemplo, niños, ancianos, atletas, embarazadas, etc.), con necesidades especiales, y por tanto su uso parecería suficientemente justificado. El problema surge cuando la industria alimentaria cae en la tentación de ampliar el nicho de mercado de estos productos más allá de estos grupos concretos, y pretende extenderlos a toda la población. No debemos perder de vista un detalle crucial: el precio de estos productos es muy superior al de sus

homólogos convencionales, diferencia justificada por la industria basándose en el esfuerzo investigador y tecnológico que su desarrollo lleva asociado. Y a la industria alimentaria, cuyo volumen de negocio alrededor de los productos tradicionales (leche y lácteos, huevos, carnes rojas, pescado, etc.) o no crece, o lo hace a ritmos ínfimos, le interesa mucho la diversificación de la oferta para captar a nuevos clientes. En efecto, el consumo per cápita de los alimentos convencionales está saturado en los países occidentales, y qué mejor solución para animarlo que presentarlos de manera distinta, y con propiedades más innovadoras.

Esta realidad crea un caldo de cultivo ideal para que las empresas alimentarias se planteen entonces la siguiente cuestión: ¿por qué limitar su uso únicamente a ciertas personas? Con el suficiente esfuerzo publicitario, es posible hacer que la población crea que su salud y su calidad de vida se verán mejorados sustancialmente si sustituyen los alimentos tradicionales por estos otros. Y de paso, se pueden conseguir pingües beneficios. Y en esto ha consistido la artimaña, en publicitar falsas propiedades con escaso o nulo fundamento científico, pero respaldadas por un marketing muy agresivo, que ha conseguido confundir al consumidor, y presionarlo para hacer uso preferente de estos alimentos.

De hecho, es más difícil hoy día encontrar en los lineales de los supermercados productos tradicionales que enriquecidos, como leche que sólo sea leche, sin omegas, sin fibra, sin calcio, o simples yogures naturales a secas, sin fermentos de nombre y apellido sofisticado, o zumos sin vitaminas añadidas, o galletas que no sean bajas en grasa, altas en fibra y ricas en aceites vegetales, y un largo etcétera, que además, están repletos de alegaciones más o menos veladas de sus efectos beneficiosos para el corazón, las defensas, el fortalecimiento de los huesos, o para reducir el colesterol. Además, estos productos se ofrecen envueltos en un halo de “cientificidad”, y se intenta asociarlos en la publicidad a un cierto prestigio social o a un tipo de consumidor de élite, estrategia que comercial que funciona muy bien.

Las autoridades europeas elaboraron un marco legal orientado a regular los alimentos funcionales, el Reglamento 1624/2006 citado por la Dra. Rebolloso, que contribuyó a poner orden en esta materia, pero las multinacionales de la alimentación han encontrado suficientes resquicios en esta regulación, hecho que unido a unos criterios de interpretación que han bordeado, cuando no superado, los límites de la propia norma, han permitido volver a crear confusión en entre la población. Así, aunque las alegaciones sobre beneficios para la salud estén prohibidas en su inmensa mayoría, existen otras maneras de evocarlas en el consumidor, como el uso de los términos “ser natural”, “estar sano”, “mejorar tu bienestar”, “ser vital”, “tu cuerpo



te lo agradecerá”, “te sentará bien”, “te va”, “te cuida”, y un largo etcétera. Mención aparte merecen los mensajes que inducen preocupación o miedo, expresamente prohibidos por el reglamento, como “el colesterol no avisa”, que parecen advertir al consumidor que si no toma dicho producto rico en fitoesteroles es candidato al infarto de miocardio fulminante.

La información debería ser comprensible para un consumidor promedio, pero casi nadie sabe muy bien qué significan la mayoría de los principios que contienen esos alimentos, ni cómo pueden beneficiar a la salud, si es que lo hacen. Sin embargo, nadie podrá negar que un carro de la compra repleto de alimentos enriquecidos en omegas, fitoesteroles, y complejos vitamínicos, todos ellos presuntamente saludables, resulta más atractivo que otro con yogures blancos a secas, pan de toda la vida, y huevos sin omegas. Y de lo que tampoco cabe duda alguna es de que aquellos son mucho más caros.

Son muy numerosos los ejemplos de esto que afirmamos, y el mencionado preparado lácteo fermentado que la Dra. Rebolloso ha citado es uno muy claro que pone de manifiesto los intentos de engaño. Discutiremos siquiera brevemente algunos otros ejemplos a continuación con una finalidad meramente ilustrativa:

1. Leches fermentadas: todavía está por demostrar, si es que alguna vez llega a hacerse, que los lácteos fermentados basados en los microorganismos de nombre rimbombante (*Bifidus digestivum*, *Bifidus regularis*, *Bifidus actiregularis*, *L-casei inmunitas* etc.), con los que nos bombardean en los medios de comunicación ejerzan algún tipo de efecto probiótico beneficioso para la salud de los consumidores superior al de los archiconocidos fermentos del más modesto yogur blanco sin enriquecimiento alguno. La única cualidad indudablemente superior es su precio, aunque estos latinajos evocan en el consumidor unas propiedades presuntamente amparadas por la Ciencia, cuando lamentablemente no es así en la inmensa mayoría de los casos.
2. Alimentos enriquecidos en vitaminas: los expertos reconocen que el uso excesivo de los suplementos vitamínicos no es inocuo y, por tanto, es poco recomendable. Existen multitud de patologías descritas por exceso de vitaminas, y no deberían considerarse sustancias inofensivas que pueden tomarse sin límite. La proliferación de todo tipo de productos alimenticios suplementados con vitaminas aumenta el riesgo de sobre-ingestión de las mismas, y al contrario de lo que su buena prensa parece indicar, los excesos vitamínicos no son deseables.

3. Las grasas vegetales: la publicidad de alimentos ricos en “grasas vegetales” es muy valorada por el consumidor, que las asocia inmediatamente a lípidos más saludables que los de origen animal. Sin embargo, muy pocos consumidores sabrán que entre las grasas vegetales más utilizadas en la industria alimentaria se encuentran las de coco, palma y palmiste, que se citan entre las más aterogénicas y que, desde el punto de vista de la salud cardiaca, pueden ser tan o más perjudiciales que las grasas animales. O que las margarinas elaboradas a partir de lo que un día fueron aceites vegetales, pero sometidos a un proceso industrial de hidrogenación, perdieron por ello ese carácter “saludable” que día pudieron tener, e incluso, pueden contener las famosas grasas “trans”, más aterogénicas que el propio colesterol de la mantequilla tradicional. Pero siguen teniendo mejor imagen que ésta, y todavía más si se ofrecen en el mercado enriquecidas con ácidos grasos poliinsaturados omega3, o con fitoesteroles, con el riesgo, en este caso, de fomentar su ingesta más allá de lo recomendable.
4. El caso de los preparados lácteos enriquecidos en ácidos grasos poliinsaturados de la serie omega-3 que abarrotan los supermercados, es paradigmático del poder del marketing. Las cifras de volumen de negocio de los mismos producen mareo, y además, su consumo crece cada año entre un 15 y un 20%, por lo que es fácil de entender que muchas empresas se unen a la explotación de esta mina económica. Y ello alcanza mayor dimensión si tenemos en cuenta que, siendo generosos, el 95% de la población no sabría definir qué es un ácido graso poliinsaturado omega 3. Sin embargo, a casi todo el mundo le suenan las alegaciones de sus efectos publicitadas, como la mejora de la función cardiaca, de la función cerebral, de la salud ocular, del desarrollo cognitivo de los niños, de la respuesta antiinflamatoria, de la absorción del calcio, reducción de los niveles de colesterol, y hasta de mejora del estado de ánimo. Sin embargo, los efectos beneficiosos demostrados por estudios científicos, y reconocidos por la EFSA, son muchos menos, y además, hay que indicar que no se llevan a cabo en seres humanos, sino en modelos animales, alimentados con dietas muy concretas que se alejan de la ingesta real de estas sustancias en la dieta de un humano. Sin necesidad de entrar en discusiones bizantinas sobre esos beneficios, o sobre las metodologías de investigación empleadas, una cosa si está clara, y es que la manera más eficaz de asegurar una ingesta suficiente de estos ácidos grasos es

incluir en la dieta habitual pescados azules. A modo de ejemplo, un par de raciones de 100 g de salmón por semana pueden ser suficientes para cubrir todas las necesidades de omega 3 para ese periodo en un adulto. Para cubrir las con las leches enriquecidas, puede llegar a ser necesario ingerir entre 4 y 8 litros en ese mismo periodo. Cabe preguntarse entonces si es razonable promocionar a estos preparados como una fuente adecuada de ácidos grasos esenciales, en especial si recordamos que pueden costar entre un 15 y un 100% más que sus homólogos no enriquecidos...

5. Los huevos enriquecidos con omega-3: son también dignos de estudio. El huevo es un alimento denostado, al que se le colocó en su momento un sambenito casi imposible de superar por su relación con dos palabras malditas: salmonelosis y colesterol. Prácticamente nadie le atribuye otras propiedades nutricionales beneficiosas, a pesar de que las tiene y muchas como su contenido en fosfolípidos, en vitaminas lipó e hidrosolubles en particular del grupo B, o la extraordinaria calidad biológica de sus proteínas, por citar algunas. Su consumo en España ha pasado de más de 300 a unos 200 huevos por habitante y año. La posibilidad de “lavar la imagen” del huevo y su relación con el colesterol nada menos que incorporando omega-3 abre una rendija de salida a su decadente mercado del huevo. A nadie parece interesarle decir que el colesterol que contiene este producto no es ni mejor ni peor que cualquier otro, y que no es un único alimento el que determina la ingesta de colesterol, sino el conjunto de la dieta. Aunque nuevamente, hay que insistir en que la mejor fuente de omega-3 disponible no es otra que el pescado azul.

En definitiva, los hábitos alimentarios saludables, como los promovidos por la dieta mediterránea, en triste decadencia en nuestro país, nos aportan todo aquello que el normal funcionamiento de nuestro organismo necesita, sin necesidad de suplementos extraordinarios. Por eso deberíamos reivindicar la recuperación de ese tesoro culinario, reconocido hace poco tiempo como “Patrimonio Inmaterial de la Humanidad” por la UNESCO, que ha valorado los beneficios para la salud que esta dieta, así como los hábitos de vida desarrollados a su alrededor, han aportado a nuestras generaciones precedentes.

Para ir concluyendo, me gustaría destacar la idea de que la información sesgada en esta materia de alimentación es terreno abonado al fraude, o al menos, a algo que se le parece bastante. Alguien debería procurar que la población disponga de toda la información, y no sólo de una parte, y que así estuviese en disposición real

de elegir. El consumidor no tiene por qué defenderse él solo frente a las multinacionales de la alimentación cuando compra en una superficie comercial; estará siempre en inferioridad de condiciones. Tener criterio para reconocer las propiedades de los alimentos, así como para detectar los posibles engaños en sus alegaciones, necesita mucha formación, tanta que pedir que el consumidor medio la posea en su totalidad es una quimera. Por el contrario, los intereses del consumidor los ha de defender el Estado, a quién la Constitución manda esta tarea. Así, en su artículo 51 se establece que los poderes públicos garantizarán la defensa de los consumidores y usuarios, protegiendo, mediante procedimientos eficaces, la seguridad, la salud y los legítimos intereses económicos de los mismos, y también promoverán su información y su educación en materia de consumo.

Les invito, por tanto, a que exijan a las administraciones que cumplan con su obligación, que velen por los intereses de los ciudadanos, y que no se dejen burlar por las legiones de leguleyos, publicistas, y por presuntos científicos que sesgan el sentido de su trabajo al servicio de unos oscuros intereses económicos en el tema que esta tarde ha puesto tan acertadamente sobre la mesa con su intervención la profesora Rebolloso.

Y termino señalando que es una gran satisfacción poder contar desde este momento entre nosotros con la Dra. Rebolloso como Académica Correspondiente, a pesar de coincidir en el tiempo con las dificultades que se ciernen sobre las diversas actividades de las distintas Academias, dándole mi más sincera enhorabuena por su distinción.

Muchas gracias.