



INVESTIGACIÓ PIONERA

És possible menjar sa i salat?

Científics catalans investiguen com prevenir malalties cròniques, com la hipertensió i l'obesitat, millorant els aliments de la nostra dieta

THAÏS GUTIÉRREZ

T'agrada tenir el saler al costat quan t'asseus a taula? Si és així i li expliques al teu metge, segur que arrefarà el nas i t'aconsejarà reduir-ne la ingesta.

Aquest condiment que alegra els plats, donant-los gust, és un dels més perillosos de la nostra dieta. L'Organització Mundial de la Salut (OMS) recomana que el consum de sal diari no superi els cinc grams perquè és un factor important de risc de malalties cardiovasculars i perquè pot incidir en l'augment de la pressió arterial.

Però renunciar als aliments amb sal és molt difícil. Per això, l'Hospital de Sant Pau ha engegat un projecte de recerca liderat pel Dr. Jaume Kulisevsky que busca trobar un substitut natural de la sal que permetria prevenir les malalties relacionades amb la hipertensió.

Aquesta investigació forma part del projecte **Henufood**, que es va presentar ahir a Barcelona, i que agrupa projectes de diversos científics catalans que treballen per prevenir malalties cròniques a partir de l'alimentació diària.

Henufood és un projecte

te d'àmbit nacional en què participen centres hospitalaris, universitats i empreses, liderades per Gallina Blanca Star. Amb una inversió de 23,6 milions d'euros -dels quals un 44% procedeix del ministeri de Ciència i Innovació i 7 milions corresponen a Gallina Blanca-.

El Dr. Kulisevsky va explicar ahir en roda de premsa els detalls de la investigació. "Volem trobar la manera d'enganyar el cervell perquè les persones percebin el mateix gust salat sense menjar sal", va dir. A més, va recordar que "la sal és la responsable d'algunes de les malalties més comunes de la nostra societat". De fet, l'OMS creu que si des d'ara fins a l'any 2015 es redueix un 15% la ingesta d'aquest condiment s'evitarien 8,5 milions de morts al món. El Dr. Kulisevsky va explicar que la investigació es farà amb un aliment bàsic, com és el brou, i després s'extrapolarà a nous aliments fins aconseguir la mateixa resposta de plaer que el cervell humà dona a la sal.

Investigant el tomàquet

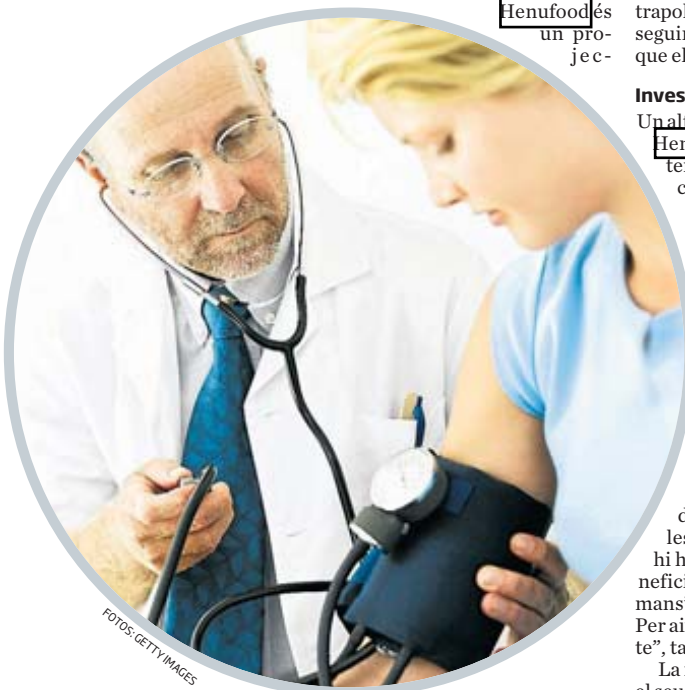
Un altre dels projectes destacats de **Henufood** és el que està duent a terme l'Institut Català de Ciències Cardiovasculars. La doctora Lina Badimon lidera un equip d'investigadors que analitza els beneficis cardiovasculars dels aliments com el tomàquet, que és ric en licopens, vitamina C i antioxidants.

La seva investigació gira al voltant d'aquesta hortalissa, molt comuna en la dieta mediterrània i volen aprofundir en les seves qualitats un cop cuita, concretament quan es sofregeix amb oli d'oliva, una recepta clàssica a les llars catalanes. "Fins ara no hi havia estudis fets sobre els beneficis d'aquest aliment en els humans" va dir ahir la Dra. Badimon. Per això aquest projecte és "un rept", tal com va confessar.

La metgessa va explicar que amb el seu equip estudiaran com els ele-

ments antioxidants del tomàquet en combinació amb l'oli d'oliva actuen per protegir el cor i el sistema vascular, un projecte que obre la porta a tractar patologies cròniques com l'obesitat, la hipertensió o la diabetis, molt relacionades amb l'alimentació.

El brou també és el centre de la investigació del grup de recerca de Vall d'Hebron dirigit pel Dr. Fernando Azpiroz. Aquest metge va explicar ahir que en el seu cas estan in-



FOTOS: GETTY IMAGES



KIM-KYU/INCHONU/REUTERS



tentant demostrar els motius del confort digestiu que causa el brou a l'estómac humà. Així, la voluntat d'aquest equip de Vall d'Hebron és que els resultats es puguin aplicar en un futur en altres aliments per intentar que tinguin el mateix efecte de benestar en el sistema digestiu. Segons Azpiroz "l'aparell digestiu s'autoregula en funció dels estímuls que rep, l'estómac és el nostre segon cervell i té una influència decisiva en les sensacions".

Finalment, el quart equip d'investigació català que participa a Henufood és el de la Universitat de Lleida, liderat per la Dra. Maria José Motilva, que treballa donant suport a les altres tres investigacions en funcionament. Henufood té una durada de quatre anys i segons els investigadors i responsables podria tenir un impacte directe en el 70% de les llars de l'Estat.

El conseller de Salut, Boi Ruiz, que ahir era present a l'acte de pre-

sentació va destacar que des del seu departament es vol "apostar per la protecció de la salut dels ciutadans fomentant hàbits saludables". "Està molt bé que la indústria alimentària ens ajudi a fomentar aquests hàbits", va afegir. Per la seva banda, Xavier Argente, conseller delegat de Gallina Blanca Star va destacar que la companyia lidera aquest projecte per "intentar millorar la salut de la població a través de la dieta diària".