

# Niegan que haya “soluciones mágicas” cuando se busca hacer dieta

03/09/2021



Más de uno, pensando que las “soluciones mágicas” existen, decidió utilizar productos cuyos vendedores aseguraban que al consumirlos, se podía comer sin límites y sin riesgo de subir de peso, pero eso finalmente no era así. Al respecto habló con FM Vos (94.5) y Diario San Rafael la licenciada en Nutrición Adriana Corella.

Expresó que “últimamente, en televisión o redes sociales existen estos famosos bloqueadores de hidratos de carbono que se promueven, y la pregunta es si realmente cumplen su función o no”. “Claramente, lamento comunicar que no son polvos mágicos, sino que están hechos a base de extracto de poroto blanco y justamente se promocionan como bloqueadores de una enzima que ayuda a digerir carbohidratos o almidón, y la realidad es que no los bloquea, sí puede ayudar a bajar el índice glucémico de los alimentos, que es la velocidad en la que aumenta el azúcar en sangre después de ingerir un cierto alimento, al igual que sucede con alimentos que contengan fibras, como frutas y verduras”, dijo, y agregó que esos polvos tampoco van a quemar grasas y justamente no los vamos a absorber, por lo que “es un poco ilógico”. “Por eso hay que alertar a la población y ya se está actuando ante lo que es una publicidad engañosa”, advirtió.

Criticó que ese tipo de productos ingresen al mercado de maneras algo simples a pesar de tener precios que oscilan entre los mil y los tres mil pesos. Para hacerlo, lo que hacen es no poner en las etiquetas que “sirven para descenso de peso”, pero utilizan otros métodos que sí están permitidos. De esa manera, se escapan de la Justicia y terminan estafando a los consumidores. “Quienes somos profesionales, advertimos sobre estos llamados ‘suplementos dietarios’, que son justamente promocionados por famosos. Las personas encuentran que es válido, que se puede utilizar porque ‘tal famoso’ salió promocionándolo en redes sociales o en televisión”, lamentó, y agregó que si esos productos realmente existieran y fueran útiles, sin dudas que ella y sus colegas los avalarían, utilizarían y recetarían. No solo no cumplen con el fin para el que dicen estar hechos, sino que además en algunos casos generan efectos secundarios adversos. Por todo esto, lo correcto es que quien desee bajar o subir de peso, se asesore con profesionales matriculados.