

■ Educación → Universidad

Cursos de Verano. Universidad de Almería- 27/07/2005

El profesor Barbancho ahonda en las raíces históricas y culturales de la dieta mediterránea

Noticias Indalia. Informa Gabinete de Comunicación. Cuando todavía resuenan las palabras del experto en nutrición José Mataix, que afirmaba que actualmente aparece más la conocida como "Dieta Mediterránea" en los medios de comunicación que en la vida cotidiana; el también profesor Francisco Javier Barbancho, de la Universidad de Extremadura, ha alertado en su conferencia de los peligros que acechan al futuro de dicha dieta. Durante su intervención, ha realizado un recorrido pormenorizado por la historia de la alimentación mediterránea.

El tan utilizado término "dieta mediterránea" surge en el siglo XX tras los estudios de Ancel Keys, que analizó en siete países occidentales la relación existente entre alimentación y enfermedades cardiovasculares. El núcleo de la dieta mediterránea lo constituían los cereales, legumbres, verduras y frutas. La grasa usada en la cocina era el aceite de oliva. El pescado se consumía regularmente y el aporte de alimentos de origen animal se consumían con moderación.

Barbancho ha realizado un recorrido desde el paleolítico hasta nuestros días analizando la forma de alimentarse de los habitantes de la cuenca mediterránea. Según éste, la "Dieta Mediterránea" se ha internacionalizado y, aunque alejada bastante de la auténtica, se oferta en muchos restaurantes occidentales.

Para el ponente, el problema es que, a pesar de reconocerse sus beneficios, es más cara y tiene que luchar con prejuicios y tradiciones muy arraigados en los países anglosajones.

Barbancho considera inquietante el hecho de que los cambios operados en la "Dieta Mediterránea" se están dando en una dirección contraria a la conveniente. *?Sin despreciar los avances de la moderna tecnología de los alimentos, hay que derrochar firmeza e imaginación para conservar un legado milenario*, ha señalado.

noticias@indalia.es

© [Copyright](#) Indalia, S.L.
[Aviso Legal](#), [Política de Privacidad](#)
[Equipo Indalia](#)