

			15	15	

Par Impar

SÓLO EL 38% HA CAMBIADO SU DIETA POR OTRA MÁS SANA

Nuestra cabeza sabe qué comer, pero el estómago no le hace caso

Ocho de cada diez españoles son conscientes de los riesgos que entraña para la salud alimentarse de forma poco saludable

MARTA GESTO LAGÜELA
nacional@que.es

Lo hemos oído cientos de veces: hay que comer sano y hacer ejercicio si queremos cuidar nuestra salud. El mensaje ha calado entre los españoles, al menos de forma teórica, ya que el 85% considera "importante" cuidar la dieta.

Sin embargo, flojeamos al llevar la recomendación a la práctica. Sólo el 38% ha cambiado su dieta por otra más saludable. Así lo explicó ayer Pilar Riobó, jefa de Servicio de Endocrinología de la Fundación Jiménez Díaz y coordinadora del debate 'La obesidad y los medios de comunicación', organizado por la Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad (SEEDO).



THOMAS KIENZLE/AP

Somos conscientes de los riesgos de llevar una dieta poco saludable.

ANUNCIOS QUE COMBATEN LA OBESIDAD

El 27% de los proyectos de anuncios sobre alimentación dirigidos a niños fueron corregidos o retirados en los últimos dos años. Estas medidas se tomaron conforme a las resoluciones del organismo español de autorregulación publicitaria, Autocontrol, encargado de combatir la obesidad.