

## Farmacéuticos alertan del riesgo de las dietas milagros

autor Administrator  
jueves, 18 de septiembre de 2008

El 80 por ciento de los españoles opta el algún momento de su vida por comenzar una dieta por la vía rápida. Son las llamadas dietas milagro que prometen perder mucho peso en poco tiempo y con poco esfuerzo, algo dispara las alarmas en el sector farmacéutico por los riesgos que conllevan. Baltasar Ruiz-Roso, director del departamento de Nutrición de la Facultad de Farmacia de la Universidad Complutense, advierte de que las dietas deben suponer una reducción puntual y gradual del peso de quien la acomete y que en todo caso nunca pueden extrapolarse las recomendaciones que han funcionado en una persona a las de otra, ya que sus consumos energéticos y sus necesidades calóricas presumiblemente serán distintas y aplicarlas indiscriminadamente pueden entrañar riesgos para la salud. Por su parte, María Guinea, vicedecana de la facultad de Farmacia de la Universidad de Alcalá de Henares, considera que estas dietas son "tóxicas", pero que la gente las prefiere porque perder peso es lento

Más información [spaintelevisión](#)