

Reseña: Vamos a comprar mentiras. Alimentos y cosméticos desmontados por la ciencia.

Por [jralonso](#) on 31 marzo, 2016

LIBROS 0 COMENTARIOS

Vamos a comprar mentiras

Alimentos y cosméticos
desmontados por la ciencia



José Manuel López Nicolás

Autor del blog 'Scientia'

C Á L A M O

La ciencia es una aventura fascinante, una de las pocas actividades humanas que tiene tres pies, uno en el pasado, otro en el presente y otro en el futuro. Es un ámbito abierto y generoso, pasional y competitivo. Y es la partida en la que se juega nuestro futuro. Sí, aunque a alguno le sorprenda, el futuro de nuestros hijos, de tu país, de la humanidad, no depende de las semifinales de la Champion.

La solución al paro, la mejora de nuestra competitividad económica, la posibilidad de alargar nuestra esperanza de vida, de detener el cambio climático o de luchar contra la desaparición de los insectos polinizadores no dependen de las alineaciones de Del Bosque, sino de si este país tiene un hueco para la ciencia en sus presupuestos, en el debate político, en sus medios de comunicación, en sus universidades, en sus librerías.

La ciencia es también el eje de nuestra sociedad moderna, desde internet a los trasplantes, desde las ondas gravitacionales a los teléfonos inteligentes. A veces los científicos sufrimos un cierto desánimo. Vivimos en un país democrático y avanzado donde, sin embargo, algunas personas se muestran totalmente analfabetas en ciencia hasta el extremo de no vacunar a sus hijos provocando que mueran de difteria. O donde supuestos profesionales sanitarios, aprovechándose del desconcierto reinante, despluman a los incautos vendiéndoles homeopatías y reiki varios. Por eso es importante la ciencia, por eso es necesario llevar los conocimientos científicos a toda la sociedad.

Afortunadamente, en los últimos años disfrutamos de una auténtica eclosión de autores, libros y editoriales dedicados a los libros de ciencia, la ciencia popular, la divulgación científica, la ciencia para todos, llámalo como quieras. Este es un género que puede llegar a combinar todas las virtudes de la buena literatura: amenidad, rigor, capacidad formativa, pensamiento crítico... Pienso que es otra cualidad de las culturas avanzadas, que la no ficción sea tan interesante y respetada como la ficción.

Con esta filosofía, ha nacido la colección El Arca de Darwin, de la editorial Cálamo, y fiel a estos principios publica ahora su segundo título, «[Vamos a comprar mentiras. Alimentos y cosméticos desmontados por la ciencia](#)», de José Manuel López Nicolás, conocido por muchos como Jose Scientia.

López Nicolás, químico, profesor universitario y divulgador científico, ha conseguido que su blog, Scientia, tenga miles de seguidores. Y esto no es casualidad. Es resultado de una escritura amena, sin jerga, que logra acercar sus amplísimos conocimientos y su curiosidad a cualquier lector. Es el fruto de elegir buenos temas, explicarlos bien y tratar al lector como un interlocutor inteligente que quiere aprender más

Ahora José Manuel ha trasladado todo esto a su primer libro, «Vamos a comprar mentiras. Alimentos y cosméticos desmontados por la ciencia», y creo que hay pocos primeros libros que sean tan insultantemente buenos como este. No nos debemos extrañar. Cada capítulo es un destilado de años de trabajo en su blog, contestando a los curiosos y *trolls* que allí le visitan, años de investigación en el laboratorio y en el supermercado, de dar clases y conferencias, siendo una voz que clama en un desierto cada vez más poblado, el de los que creemos en la ciencia como forma de discriminar si algo es falso o es verdad. Es un libro que se lee de un tirón pero que está muy pensado y muy trabajado.

Con bistrú de cirujano y fina ironía, López Nicolás analiza con detalle la desvergüenza de algunas de las principales industrias alimentarias y cosmetológicas actuales. Es llamativo porque son empresas con enormes beneficios, con buenos laboratorios de I+D, con un cuidado exquisito por su imagen de marca y que, sin embargo, mienten, tergiversan, ocultan y engañan. A menudo con trucos de leguleyo, la letra pequeña, el asterisco, la media verdad que es una doble mentira. Jose Scientia, como muchos le conocemos, lo demuestra con una gran elegancia, fruto sin duda del rigor. Realmente a menudo lo que hace es tan solo contraponer lo que dice la empresa en su bote de yogur o de crema hidratante y lo que han dicho las principales agencias internacionales al respecto: la Agencia Europea del Medicamento, la FDA, los reglamentos de la Unión Europea, las asociaciones médicas y un largo etcétera. Así, por los capítulos de este libro van pasando las pastillas para adelgazar, los alimentos funcionales, las bebidas energéticas, los desodorantes, los dememoris, los nanoalimentos y muchos más. Todos son sometidos a esta mirada crítica, que no se deja embaucar por el envoltorio ni los mensajes publicitarios, y se centra en lo que los científicos tanto valoramos, los datos, las evidencias, los análisis independientes, que son expuestos de una manera sencilla y clara pero también rotunda y sin paños calientes.

Esta es, quizá, la aportación más valiosa del libro. Más allá de desmontar falacias y engaños en los que casi todos hemos podido caer y contra los que quedamos advertidos, nos da argumentos sólidos

con los que afrontar estos productos en el futuro, nos ayuda a ser más críticos, a estar más atentos. A desconfiar, sí, pero entendiendo por qué hay que hacerlo y exigiendo a estas empresas que nos traten con respeto si nos quieren tener de clientes.

También descubrimos lo que hay de verdad y de mentira en estos productos, pequeñas perlas de conocimiento que nos dan herramientas para una comprensión más rica de los avances que están por llegar y de aquello que consumimos y consumiremos. Es ese pie que ya se adentra en el futuro.

Valoro a López Nicolás tanto como divulgador como buen amigo y colega, pero ante la pregunta, ¿lo recomiendo porque aprecia al autor o porque merece la pena? la respuesta es clara, lo recomiendo porque creo realmente que es uno de los mejores libros del 2016.

[Vamos a comprar mentiras](#) (Amazon)

Tapa blanda: 368 páginas

Editor: Calamo; Edición: 1 (22 de febrero de 2016)

Colección: Arca de Darwin

Idioma: Español

ISBN-10: 8496932958