

**T**al vez recuerden a un atlética Jennifer Lopez con una larguísima melena lisa, recogida en una coleta alta, haciendo gala de una resistencia capilar extraordinaria para un anuncio en televisión. Promocionaba un champú y una mascarilla con propiedades fortalecedoras por obra y gracia de la arginina, «una proteína con triple acción», aseguraba una voz en off. «De proteína, nada. La arginina es un aminoácido». Lo pensó y lo puso por escrito José Manuel López Nicolás. Primero, en un tuit, y, segundo, en un artículo que difundió en internet. Más de uno podría pensar, 'otra aburrida cuestión de semántica'. «Pues, no. Estamos ante un ejemplo gráfico de la quimiofobia interesada en la que vivimos, o el rechazo a todo los productos químicos que nos han metido en la cabeza, porque son malísimos, en favor de todo lo natural, que es lo bueno».

Quien ironiza es el televidente ilustrado. En realidad, un profesor de Bioquímica y Biología Molecular en la Universidad de Murcia, investigador, autor del populoso y premiado blog divulgativo Scientia y bestia negra de algunas multinaciones alimentarias y cosméticas. Como L'Oreal, el importante grupo internacional de cosmética que estaba detrás del 'spot' de JLo, y que acabó cambiándolo para decir «compuesto activo» donde antes decía «proteína». El caso es, al parecer, no llamar a las cosas por su nombre. «Jamás llamarían aminoácido a algo asociado con el pelo. Porque lleva la palabra ácido. Proteína queda más amable. Aunque sea falso. Estos son los mismos que los de 'sin conservantes ni colorantes', 'sin aditivos', 'sin parabenos', 'sin glucosa', 'sin lactosa'... Las multinacionales lo han conseguido. El 'sin' es lo que mola».

El bioquímico que se hace entender por todo el mundo –por algo le siguen 50.000 curiosos en las redes sociales– asegura que, detrás de la dichosa preposición, se oculta una pulida estrategia comercial dirigida a disparar el repudio social hacia los componentes químicos. El objetivo, el de siempre. Engordar estrepitosamente las cuentas de resultados de los sectores implicados. Y, para ello, tienen el viento de cara. De un lado, la «buena predisposición de la gente hacia todo lo relativo a la ciencia» y, de otro, la ignorancia supina mayoritaria en ese campo. Unido el hambre con las ganas de comer, y sembrado el miedo, «los españoles somos capaces de pagar dos y tres veces más por un producto libre de compuestos químicos. Un absoluto absurdo», censura el científico.

Para poner un poco de sensatez e insuflar espíritu crítico en los consumidores, López Nicolás ha publicado 'Vamos a comprar mentiras', un elocuente título para un



# Con colorantes y parabenos, por favor

**Un biólogo molecular denuncia en un libro la lucrativa «quimiofobia» promovida por la industria alimentaria y cosmética a base de 'activia', 'L. Casei' y complementos «ineficaces»**

ICÍAR OCHOA DE OLANO

libro de la editorial Cálamo con el que se propone desmontar los abusos publicitarios relacionados con la industria de la alimentación y de la cosmética. Durante los últimos cinco años, el autor se ha dedicado a recopilar lo que la autoridad europea de seguridad ali-

mentaria dice a cerca de los ingredientes 'estrella' que presuntamente se introducen en las cremas antienvjecimiento que nos ponemos, en la margarina con fitoesteroles con la que embadurnamos las tostadas del desayuno o en los complementos que toma-

Una sardina tiene 90 veces más fósforo que tres cajas de De Memory, que valen 45 euros

mos para mantenernos jóvenes y espabilados. En su operación de desenmascaramiento, el bioquímico no se anda por las ramas.

– **Habla de las «mentiras» con nombre y apellidos. Que si Actimel, Flora pro.activ, Red Bull y sus 'alas', Activia, Revidox, la llamada «ciencia de los genes» de Lancome, De Memory... ¿También son una filfa estas pastillas?**

– Verá, una sardina pesa unos 70 gramos y su contenido en fósforo ronda los 189 miligramos, 90 veces más del que contiene una de esas cápsulas. Dicho de otro modo, una sola sardina tiene más fósforo que tres cajas de De Memory, que vienen a costar 45 euros. La sardina, unos 40 céntimos.

**No se fie de la jerga científica**

Si nota que la mandíbula se le desuelga, espere a leer esto. El lactofilus casei de algunos yogures, imprescindibles para mantener la lozanía de la flora intestinal. «El plátano tiene tres veces más de vitamina B6 que esos productos a los que presuntamente se les han incorporado esas sanísimas bacterias, y que, según la información oficial de la UE, no han demostrado eficacia alguna».

– **Le falta por decir que los parabenos, satanizados en los últimos tiempos por cancerígenos, son la mar de saludables.**

– Como decía Paracelso, el veneno está en la dosis. Si me bebo ahora cien litros de agua, me muero. Pues esto es igual. Los parabenos, en las dosis permitidas, están muy lejos de causar algún riesgo. Es más, son necesarios. Los cosméticos llevan nutrientes, lo que les convierte en caldo de cultivo de muchos microorganismos. Sin parabenos, crecerían. Digamos que son a la cosmética lo que los conservantes a la alimentación.

Empecinado en quitar la careta a esta forma de «pseudociencia» –«y a otras, como la homeopatía, el Reiki y demás chorradas»–, López Nicolás admite la dificultad de hacer la compra sin sentirse timado como un tonto. Aun así, se atreve a desplegar una consigna general. «Cada vez que vea un eslogan publicitario que abuse de la jerga científica o a un tipo con bata blanca anunciando algo, desconfíe. Lo más probable es que detrás de ese artículo no haya ningún rigor científico».

Por si esta fórmula fallara, el conocido bloguero –el año pasado contabilizó cuatro millones de visitas a su web– ha introducido en su libro una serie de páginas web dotadas con buscadores «que la gente puede llevar memorizadas en sus móviles para averiguar al momento qué dicen las autoridades oficiales al respecto de determinados ingredientes 'estrella'». También facilita algún portal que indica en qué productos naturales se encuentran esos componentes «y, a menudo, por triplicado». Se acabaron las mentiras, tralará.