



Madrid, 5 de diciembre de 2018

Mañana 6 de diciembre, en prime time (22:30h)

Secretos y falsos mitos sobre la lactosa, el gluten y el aceite de palma, ‘En el punto de mira’ de Cuatro

¿Es malo tomar gluten o lactosa cuando no hay un diagnóstico de intolerancia? ¿Están libres de aceite de palma todos los productos que así se publicitan? ¿Cuánto saben realmente los consumidores sobre estos alimentos? ¿Cuánto hay de salud o de moda en el consumo de ciertos nutrientes? Para tratar de dar respuesta a estas preguntas, el nuevo reportaje de ‘En el punto de mira’, que Cuatro emitirá mañana jueves en prime time, hablará con médicos, expertos y consumidores en un trabajo periodístico, realizado por María Miñana y Mireia Llinares, que también desmontará algunos falsos mitos relacionados con estas sustancias.

Cuando el marketing se mezcla con la salud

Más del 20% de los españoles cree que el gluten es malo para la salud y la mayoría cree que es un hidrato de carbono. ‘En el punto de mira’ hará una prueba con 100 consumidores para comprobar qué es lo que saben sobre la realidad de este producto. **Un 36% compra productos sin gluten porque cree que es más saludable, pero lo cierto es que, según la Asociación de Celiacos, sólo el 1% de la población tiene intolerancia alimenticia a este componente y no consumirlo puede provocar déficit de ciertos nutrientes e inducir a una intolerancia real.** Sin embargo, cada vez hay más gente que consume productos sin gluten. La industria alimentaria se ha aprovechado de este patrón de consumo incrementando los precios de estos productos, lo que ha creado **un mercado que reporta al año más de 80 millones de euros.**

Leches, yogures o quesos con o sin lactosa es otra de las grandes cuestiones de la cesta de la compra de muchos españoles. El reportaje mostrará el testimonio de intolerantes a la lactosa para comprobar que ocurre algo similar con los productos sin gluten. María Miñana no solo va a ser reportera del programa, sino protagonista. Ella lleva años consumiendo productos sin lactosa. Se someterá a las pruebas de intolerancia en nuestro programa para comprobar si lo hace por necesidad o por seguir una alimentación erróneamente más sana. **La lactosa proporciona energía y es buena para el desarrollo cerebral.** La reportera hablará con expertos y con la patronal del sector lácteo para desmontar algunos mitos sobre este producto.

‘En el punto de mira’ también mostrará la realidad sobre el aceite de palma de la mano de Boro Barber. **La producción anual de este aceite supera los 65 millones de toneladas. Es el más consumido del planeta. Es abundante, barato, no se oxida y puede usarse también en productos cosméticos, biodiesel y detergentes.** A pesar de ver muchas etiquetas sin aceite de palma en los supermercados, son muy pocos productos que no lo contienen. La etiqueta se ha convertido en una estrategia comercial que atrae a multitud de consumidores. **Para los**

nutricionistas, es una sustancia nociva: tiene un contenido en grasas saturadas muy elevado y en su proceso de refinado genera tóxicos que pueden provocar graves enfermedades en consumos muy elevados y frecuentes. De hecho, las autoridades sanitarias europeas han incluido el aceite de palma en la lista de productos que consumidos en altas dosis podrían ser perjudiciales para la salud. No está prohibido, pero alertan sobre su ingesta masiva y recomiendan un consumo mínimo.

Además, el cultivo de ese aceite también supone un deterioro para el medioambiente. **‘En el punto de mira’ conseguirá imágenes exclusivas de los entrenamientos que prepara un grupo de activistas de Greenpeace para realizar una acción en alta mar contra un barco cargado de aceite de palma.** La razón es que la extracción de aceite de palma está deforestando las selvas de Indonesia y Malasia.