

LA VANGUARDIA



MARC ARIAS / ARCHIVO

Con sólo crear un perfil, la nueva aplicación calcula la calidad nutricional de nuestra dieta

La URV lanza una aplicación gratuita que calcula los nutrientes y tóxicos de cualquier dieta y propone alternativas más equilibradas

Toxinas, las justas

SARA SANS
Tarragona

Hay infinidad de opciones para diseñar una dieta equilibrada con los nutrientes adecuados, pero, ¿qué pasa con los contaminantes que se ingieren con la comida? En mayor o menor medida hay tóxicos en el pescado, en la carne, la fruta, la verdura... Una nueva aplicación permite ahora diseñar una dieta semanal equilibrada calculando tanto los nutrientes necesarios como los niveles de mercurio, plomo, dioxinas y furanos y otros contaminantes que se ingieren en los 65 alimentos más consumidos en Catalunya.

Los investigadores del Centre de Tecnologia Ambiental, Alimentària i Toxicològica (TecnATox) de la Universitat Rovira i Virgili (URV) han desarrollado la aplicación gratuita Ribefood-2013, que permite minimizar la exposición dietética a contaminantes químicos, manteniendo e incluso mejorando, la ingesta de diferentes nutrientes. La aplicación, disponible en catalán, castellano e inglés para los sistemas Android e iOS, "ayudará a corregir malos hábitos alimentarios sin grandes cambios", explicó

ayer Josep Domingo, director del grupo de investigación.

El usuario debe crear su perfil en Ribefood-2013 introduciendo su perfil, estatura, peso, sexo y edad, si sufre alguna enfermedad (como hipertensión, diabetes, celiaquía, anemia o intolerancias y alergias) e indicar, en el caso de las mujeres, si son gestantes o, en niños, si son lactantes. Una vez definido el perfil, se introduce lo que se come cada día y la aplicación evalúa los puntos que hay

Ribefood-2013 estudia la dieta del usuario analizando, de momento, doce tóxicos distintos

que corregir indicando la calidad nutricional de la dieta semanal en colores: roja es mala; naranja, regular; azul, correcta y verde, excelente. Y evalúa la presencia de tóxicos (siempre según los últimos datos e investigaciones científicas disponibles). En este panel, el verde establece niveles de tóxicos aceptables; en rojo indica exceso y en blanco figuran los tóxicos emergentes en los que todavía no se han establecido lími-

tes legales. "Hay que buscar un equilibrio entre riesgos y beneficios", añade Domingo, quien espera poder seguir desarrollando la aplicación, introduciendo el análisis de más contaminantes o de los aditivos o los conservantes, por ejemplo.

La aplicación analiza, de momento, 12 tóxicos, algunos de ellos cancerígenos como las dioxinas. "Tenemos en cuenta qué alimentos se ingieren, en qué cantidad y en qué frecuencia y el propio usuario puede visualizar qué tiene que corregir, cambiando el alimento por otro de la misma familia, reduciendo la frecuencia o haciendo las raciones más pequeñas", dice Isabel Martorell, de TecnATox. Según Domingo, con el paso de los años y una mayor rigidez en la legislación, se ha reducido la presencia de tóxicos en los alimentos, pero reconoce que "sabemos muy poco de los contaminantes emergentes, pero sus efectos son negativos seguro".

En el desarrollo de la aplicación también ha colaborado el grupo de investigación Gret-Cereto de la UB. El rector de la URV, Francesc Xavier Grau, destaca el carácter "interdepartamental e interuniversitario" del grupo de investigación y el impacto social y económico de su trabajo.●