

# Mentiras televisivas

*Artículo aparecido en el periódico La Jornada el 13 de julio de 2010*

Por: **René Drucker Colín**

Hoy día la obesidad es un problema de salud de enorme preocupación, ya que andamos bordando el primer lugar mundial, y lo somos en obesidad infantil. Por desgracia hay empresas que medran con este asunto y anuncian por conducto de los llamados *infomerciales* diversos productos que prometen a los consumidores que podrán bajar de peso y talla en cuestión de pocas semanas, sin hacer esfuerzo, sin dietas y sin hacer ejercicio. Lo único que tienen que hacer es adquirir a un costo con descuento, si lo hacen de inmediato, un amplio abanico de productos que van desde geles, cremas, bebidas, pastillas, máquinas vibratoras o, en algunos casos, un tipo de joyería que mediante acupuntura puede activar los centros del cuerpo que queman la grasa. ¡Quién podría creer que el untarse una crema pudiera tener algún efecto adelgazador! Esta aseveración, más todas las otras, no tienen ningún fundamento científico. Yo quisiera ver algún artículo científico, publicado en alguna revista de circulación internacional y de reconocida seriedad que muestre que, untarse un gel o una crema, usar unos zapatos tenis especiales o una máquina vibradora, ponerse unos estimuladores que hacen contraer los músculos mientras se ve cómodamente televisión, o ponerse un anillo especial, tenga algún efecto adelgazador. Créame que no existe tal artículo, pues reducir peso sólo se logra con un esfuerzo constante y de largo plazo, en el cual se incorpora una dieta sana junto con una rutina de ejercicios que requieren ser constantes y de suficiente intensidad. Los más recomendables son: correr, bicicleta o natación; mínimamente 30 minutos diarios y con el tiempo ir incrementando los minutos que se le dedican a esos ejercicios. Lo importante es lograr tener un equilibrio calórico negativo, hasta el día en que llegue al peso ideal que se requiere, según su edad, estatura y sexo. El equilibrio calórico negativo significa que se requiere ingerir todos los días una cantidad inferior de calorías en relación con las que consume y esto hay que mantenerlo durante varios meses hasta el día que obtenga su peso ideal. Una vez logrado esto, si sigue haciendo ejercicio y manteniendo una dieta adecuada, hasta puede de vez en vez tener algunos excesos alimentarios.

Los productos milagro no sirven; sin embargo, es interesante saber que la Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco) realizó durante 2004 un sondeo para conocer los hábitos de consumo de productos milagro para adelgazar. Las encuestas señalaron que 10 por ciento de los hombres y 32 por ciento de las mujeres entrevistadas habían probado alguno de los productos. Al cuestionarlos sobre los motivos de su compra, la mayoría de los usuarios confesó que se fija en la publicidad y en la promesa de resultados rápidos, que no requieren de dietas ni ejercicios. En cuanto al gasto, las mujeres egresaron entre 100 y 800 pesos por producto, mientras los hombres se declararon en contra de gastar tanto dinero. Cincuenta por ciento de los entrevistados reconoció que el producto no había cumplido sus expectativas a largo plazo, pero se declararon listos para probar otros productos más novedosos del mercado. A principios de este año, el Laboratorio Nacional de Protección al

Consumidor informó que una de las compañías más fuertes en el rubro, Genoma Lab, reportó ventas por mil 665 millones de pesos para el final del cuarto trimestre de 2009. A principios de 2010, la misma empresa fue multada con 2.5 millones de pesos por la Profeco por promover la venta mediante publicidad engañosa de un tinte para cabello que no cumplió con las normas establecidas. Sin embargo, dadas las ganancias que obtienen mediante las ventas masivas de sus productos, las multas se consideran gastos de operación para estas empresas.

Desde un punto de vista legal, la Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios (Cofepris) es el órgano responsable de la regulación, verificación y fomento sanitario para proteger la salud de la población en México. Mediante la Cofepris, México participa en una iniciativa de cooperación contra fraudes a la salud, relacionada con publicidad falsa y engañosa. La batalla, sin embargo, es complicada. La normatividad es vaga y lenta; las empresas buscan las fallas en un sistema que tarda en ajustarse y aprovecha este tiempo para prometer cosas sin fundamento ni validez científica.

A pesar de que las empresas que venden los productos con falsas promesas muchas veces ostentan el título de laboratorio, realmente no son un centro de investigación; las empresas compran los productos elaborados en otros países y añaden a su nombre palabras como farmacia, laboratorio, médico, etcétera, para dar una falsa imagen de investigación científica o de responsabilidad social. Por ello, la Cofepris mantiene un intercambio de información con las principales agencias de salud y de protección al consumidor de Estados Unidos y Canadá. Además, existe dentro de la legislación un marco jurídico que en sus artículos 414 bis, 420 y 421 se ocupa de los productos que prometen mediante publicidad engañosa o abiertamente fraudulenta mejoras, curas o resultados que no están basados en evidencias científicas.

Pese a estos esfuerzos, al público mexicano se le siguen vendiendo espejitos, alimentándole falsas esperanzas de grandes resultados con bajos esfuerzos físicos y mentales. Habrá, sin embargo, que señalar que cada vez que se adquieren estos productos, se pone en riesgo la salud y se egresa un dinero que enriquece a empresas multimillonarias que lucran con nuestras ilusiones. No hay ninguna posibilidad de que los parches, los geles, las máquinas vibradoras y las cremas desaparezcan la grasa que sobra en el cuerpo de una persona. Se puede bajar de peso si se deshidratan los tejidos, pues nuestras células están formadas principalmente por agua y, en suma, muchos kilos de nuestro peso se deben a este líquido. Sin embargo, este proceso no es duradero y tampoco es saludable. ¡No se deje engañar con los fraudes que se venden por televisión!

Estos productos, en el mejor de los casos, no funcionan; en el peor escenario, pueden resultar hasta peligrosos para la salud y, créame, con esos productos lo único que va a adelgazar, es su cartera.