

Pastillas y bebidas de laboratorio. ¿Es la comida del futuro?

ROSANNA CARCELLER, 24/07/2017

Es una pregunta recurrente cuando pensamos en la comida futurista. ¿Nos alimentaremos de pastillas creadas en laboratorios? ¿No cocinaremos ni nos preocuparemos por sentarnos a la mesa? ¿Recibiremos la energía en forma de comprimidos que ingeriremos mecánicamente, como robots que recargan sus baterías?

Aunque no se trata de un tema nuevo, en los últimos meses han aparecido más laboratorios que fabrican supuestamente esa comida del futuro. Batidos y cápsulas que presuntamente nos deberían proporcionar un perfecto balance nutricional. ¿Qué hay de cierto en ello?

Acaba de llegar a España Maná Drink, comida líquida diseñada en el laboratorio que se vende como “la bebida nutricional para el estilo de vida del siglo XXI”. Hecha a base de ingredientes naturales como lípidos de algas marinas, aceite de coco y fibra de avena, “aporta hasta 400 calorías y puede reemplazar totalmente cualquier comida del día”.

No es un producto del todo nuevo, aunque en Maná Drink aseguran que han dado un paso más respecto a sus competidores, elaborando una fórmula mucho más compleja. Entre sus predecesores se encuentra el ya popular Joylent. Una de las personas que ha experimentado con estos preparados es Javier Lacort, periodista y curioso de todas estas nuevas propuestas de alimentación.

Su estilo de vida no le dejaba demasiado tiempo para la cocina. “Me gusta malcomer hamburguesas, pizza, pasta de cualquier manera... Y tenía curiosidad por saber qué pasaba”. Estuvo un mes entero ingiriendo únicamente Joylent y agua.

Cuando terminó, unas analíticas de sangre mostraron que su estado de salud era bueno, e incluso un poco mejor que con su alimentación habitual. “Ahora bien, comer es un placer. Tengo claro que no volveré a tomar solo esos batidos de forma continuada. Pero los sigo consumiendo de vez en cuando”.

¿Pero qué dicen al respecto los expertos en nutrición? Juan Revenga, dietista nutricionista y biólogo, lo tiene clarísimo. “Todos estos laboratorios no han descubierto absolutamente nada. Estas soluciones ya estaban en el ámbito clínico desde hace años. “Se dan a las personas que no pueden comer por problemas de salud diversos”.



“Esto es una distorsión absoluta de lo que es recomendable en nutrición y alimentación. No tenemos ensayos clínicos que hayan contrastado cómo está un grupo de población que se haya alimentado durante mucho tiempo sólo con estos batidos”, apunta Revenga.

Desde la empresa fabricante matizan que sus productos están en el mercado porque han sido probados con muchos voluntarios, y los resultados se han analizado con nutricionistas. “No tengo una bola de cristal pero creo que el escenario en el que triunfarían estos productos sería el de una hecatombe mundial, como una Tercera Guerra Mundial o una invasión extraterrestre”, vaticina Revenga.

Es cierto que entre sus puntos positivos está su fácil almacenaje y que son muy compactados y poco perecederos. El problema de llevar una alimentación basada en líquidos y batidos sería la inutilización de la masticación. Se han hecho estudios con roedores que han demostrado que la ausencia de actividad masticatoria redundaba en algunos problemas de salud. Uno de los más contrastados es la ausencia de sensación de saciedad si no se mastica”, añade Revenga.

La opinión de Gonzalo Peñaranda, de Aora Health, es muy diferente. “La alimentación del futuro es entender que no somos todos iguales para adaptar esa alimentación de forma más precisa. Comer es un placer, y su parte social es esencial para vivir más. Pero cada vez más recurrimos a la comida rápida o nos saltamos desayunos o cenas. Por eso habrá una parte de la comida que será terapéutica, porque en cinco minutos podremos tomar los nutrientes que necesitamos. Será la alimentación personalizada, dependiendo de la edad, el momento del día y de cada persona”.

HOY
EN CLASE

NIVEL B1-B2

ENTRAMOS EN EL TEMA

1. Para ti, ¿la comida es un placer o pura supervivencia?
2. ¿Cómo crees que será la comida del futuro?

LEEMOS EL TEXTO

1. Comenta las dudas de vocabulario con tus compañeros y con tu profesor.
2. Según el texto, ¿cuáles son las ventajas y desventajas de la alimentación basada en batidos y cápsulas?

MANEJAMOS LA LENGUA

1. Piensa en cómo **se alimentaban** tus abuelos y en cómo **se alimentan** ahora los jóvenes y escribe un texto titulado “La evolución de la alimentación en el último siglo”.
2. ¿Estás de acuerdo con esta frase del texto?

“el escenario en el que triunfarían estos productos sería el de una hecatombe mundial, como una Tercera Guerra Mundial o una invasión extraterrestre”

HABLAMOS

1. ¿La alimentación de hoy en día es mejor o peor que la de hace 50 años? Justifica tu respuesta.
2. ¿Crees que es importante que la comida sea un acto social? ¿Por qué?
3. ¿Qué utilidades le ves a este tipo de alimentación?