

Galícia, la primera comunitat que en limitarà el consum als menors, obre la porta a una norma a escala estatal

Es prohibiran les begudes energètiques?



causar també alteracions del son, nerviosisme, irritabilitat i ansietat, apunten des de la Conselleria de Sanitat.

Si aquest anunci es converteix en realitat, Galícia es convertirà en la primera comunitat que posarà límits a aquestes begudes, una cosa que nombrosos experts

La seva ingesta causa, entre d'altres, alteració en el comportament i trastorns cardiovasculars

esperen sigui emulada per altres comunitats. I especialment, pel Ministeri de Sanitat.

Crida l'atenció que aquest ministeri, com el de Consum, hagin mantingut un silenci discret amb aquestes begudes, malgrat que no li han faltat informes de les seves entitats alertant de la seva ingesta en menors. L'Agència Espanyola de Seguretat Alimentària i Nutrició (Aesan) va emetre fa uns mesos un informe elaborat per experts en què deixava clar que "el consum regular de cafeïna pot causar dependència física moderada a partir de 100 mil·ligrams al dia (les llaunes de 330 ml tenen 105,6 mg, cosa que equival a 1,3 expressos. Les de 500 ml tenen 160 mg) i tolerància a aquesta substància, fet que crea la necessitat de consumir una dosi més gran que la inicial per aconseguir un efecte similar a l'original".

"El consum de més de 60 mil·ligrams de cafeïna en adolescents d'11 a 17 anys pot provocar alteracions del son. A partir de 160 mil·ligrams de cafeïna, pot provocar efectes adversos generals per a la salut: efectes psicològics, alteracions comportamentals i trastorns cardiovasculars".

Unes bombes de rellotgeria.●

Els experts adverteixen dels efectes adversos d'aquestes begudes en els menors d'11 a 17 anys

CELESTE LÓPEZ
Madrid

Com a real, freqüent a les consultes de pediatria i atenció primària: un noi de 14 anys va al metge perquè des de fa algun temps li tremolen les mans, dorm poc i li costa de concentrar-se. El metge el mira, mentre pregunta i pregunta. La seva idea és enviar-lo al neuròleg. De sobte, el noi respon a una de les preguntes al metge: "Solc beure dues begudes energètiques al dia, quan vaig a l'institut i a la tarda, quan estudio". Caldrà fer-li proves, però el facultatiu és clar: "T'estàs empassant una bomba de rellotgeria. Sucre a doll, taurina i cafeïna en quantitats semblants a cinc cafès sols. I què dir si les barreges amb alcohol!" El noi nega l'última afirmació, tot i que reconeix que alguns

amics sí que ho fan.

Això no és nou ni desconegut. Les begudes energètiques no només no són un aliment saludable, si no que per als menors, són perjudicials. Ho saben els metges, nutricionistes i autoritats sanitàries, però són a l'abast d'uns nens en ple desenvolupament, sense cap restricció. L'evidència cien-

tífica és clara, però els encarregats de legislar no han fet el pas. Com a molt, recomanar que no es consumeixi (imprès a la llauna en una lletra que ni amb lupa s'aprecia).

Almenys, fins ara. Segons anuncia *El Faro de Vigo*, Galícia prohibirà l'any que ve el consum de begudes energètiques per

part dels menors d'edat, equiparant productes com ara Monster, Red Bull o Burn, a l'alcohol. La Xunta al·lega els riscos per a la salut que comporten pel seu alt contingut en substàncies estimulants com ara la cafeïna o la taurina, que poden posar en perill els sistemes cardiovascular i cerebral dels adolescents. Poden

La beguda dels adolescents, fins i tot amb alcohol

■ Les begudes energètiques representen un conjunt de productes que des de fa alguns anys es comercialitzen lliurement a molts països. La seva irrupció al mercat està influïda per intenses campanyes publicitàries que les defineixen com a begudes refrescants que incrementen la resistència física, propor-

cionen sensació de benestar i estimulen el metabolisme, capaces de subministrar un elevat nivell d'energia per la combinació d'ingredients amb efectes estimulants. Contenen cafeïna, glucuronolactona i vitamines. Algunes atribueixen les propietats estimulants a la taurina, al ginseng o la guaranà, i en

alguns casos s'hi afegeixen minerals, inositol i carnitina. Els adolescents són els que més les consumeixen. Segons l'enquesta Estudis 2021 (estudiants de 14 a 18), gairebé la meitat les han ingerit els últims 30 dies (un 50,7% dels nois i un 39% de les noies). Un 16,1% les han barrejat amb alcohol.

La importància de la salut com un dels pilars de la societat del benestar és evident. No ho és tant, però, la sostenibilitat del sistema de salut i els recursos necessaris per garantir que sigui accessible i eficient a llarg termini. Fa anys que es planteja aquest debat a Europa, amb un sistema sanitari qüestionat a causa de l'envelliment de la població, l'augment de les malalties cròniques, el cost de la tecnologia, la manca de personal, les crisis sanitàries o la pressió econòmica.

La realitat esmentada no és aliena al sistema sanitari català, model d'èxit on les fundacions de salut tenen, i han de seguir tenint, un paper essencial a l'hora de garantir una atenció sanitària de qualitat que cobreixi les necessitats de tot el territori.

Però, fins a quin punt en són conscients l'administració pública, les institucions i el conjunt de la societat? Seria viable la sanitat pública sense els serveis i els recursos de les fundacions? Hi

TRIBUNA

Eugènia Bieto Caubet
Presidenta de la Coordinadora Catalana de Fundacions

Fundacions de salut: pilars vitals de la sanitat catalana

ha xifres prou significatives que poden donar-hi resposta: les 45 fundacions hospitalàries catalanes aporten entre un 19% i un 33,8% dels recursos del sistema sanitari a Catalunya, i fins a set comarques catalanes quedarien desproveïdes d'hospital de referència sense les fundacions. D'altra banda, els pròxims 40 anys s'estima que el nombre de visites a l'atenció primària i d'hospitalitzacions augmentarà prop d'un 50%, i que la despesa farmacèutica creixerà un 60%.

Aquestes dades fan palès fins a quin punt és i serà determinant el sector fundacional dins l'àmbit de la salut. A més, des d'un vessant més qualitatiu, cal assenyalar tres grans actius d'aquestes fundacions: d'una banda, presten un servei públic d'interès general i són un agent de cohesió territorial clau per assegurar l'accés a la sanitat de tota la població. Representen un model de col·laboració públicoprivada exemplar i aporten recursos addicionals i capacitat de recerca i innovació,

que contribueixen a abordar necessitats específiques de la societat. I són el vehicle a través del qual hi participa la societat civil que vol contribuir a millorar la salut i el benestar de la comunitat de manera desinteressada.

En aquest context, des de la CCF reivindicuem la necessitat de reconèixer, preservar i potenciar les fundacions com a part essencial d'un sistema de salut i social, i com una fórmula jurídica i d'organització capaç de donar resposta eficient i de qualitat a les necessitats presents i futures de les persones, el territori i la societat en el seu conjunt.

Les fundacions aporten entre un 19% i un 33,8% dels recursos del sistema sanitari