

## Patates perniciososes

Segur que teniu coneguts que han deixat de fumar o, fins i tot, és molt possible que hagueu viscut el calvari en primera persona. Per combatre l'ansietat que provoca l'abandó de la nicotina, molts exfumadors es llancen a la ingesta compulsiva de xiclets, fruits secs, galetes o patates fregides. Doncs, bé, ara resulta que el remei pot resultar tant o més nociu que la malaltia. Perquè es veu que hi ha molts aliments -com les patates fregides, les patates xips, les galetes, el cafè o els cereals d'esmorzar— que porten acrilàmida, una substància química que es forma en fregir, rostir, torrar o fornejar aliments rics en carbohidrats.

Un estudi internacional recent, dirigit pel Centre d'Investigació en Epidemiologia Ambiental (CREAL), realitzat a Dinamarca, Anglaterra, Grècia, Noruega i l'Estat espanyol, sobre una població de 1.100 dones embarassades i els seus nadons, conclou que consumir en excés aliments amb un alt contingut d'acrilàmida per part de les dones «en estat», provoca en el nadó una disminució del pes en néixer i una reducció de la circumferència del cap. Per tant, les dones que, durant l'embaràs, s'atipen de Filipinos i Doritos mentre es prenen un tallat, tindran fills esquifits i amb un recipient més petit per encabir la massa cerebral. Segons un dels científics que ha estat al capdavant de l'estudi, «l'efecte estimat de l'alt nivell d'exposició a l'acrilàmida sobre el pes d'un nadó en néixer és comparable a l'efecte advers conegut del tabaquisme». Ja m'imagino, doncs, que a partir d'ara, quan veurem una embarassada queixalant una galeta la mirarem de reüll i, posant-hi cara de desaprovació, farem que no amb el cap; o quan anirem a cine i veurem una senyora de ventre inflat mirant-se la pel·lícula mentre va deglutint una bossa de «ganxitos», l'assenyalarem amb dit acusador.

Com ha passat amb les campanyes antitabac, els principals perjudicats (o, en aquest cas, perjudicades) d'una previsible campanya antipatates fregides poden ser les consumidores ocasionals, és a dir, la dona a qui -tot i estar embarassada— un dia a la setmana té el caprici de prendre's un cafè amb llet i una canya amb cabell d'àngel per esmorzar. Cal avisar-la que, si esmorza en públic, es pot veure tractada de criminal per part d'algun d'aquests policies de la salut que molts porten a dins.

Una vegada més, en aquesta societat postmoderna on sembla que a cada cantonada descobrim la sopa d'all, apareix un estudi que demostra que els excessos són dolents o, dit d'una altra manera, allò que les padrines han sabut sempre: que «totes les masses fan mal». Enhorabona! Només un apunt: a veure quan començaran a fer-se públics estudis que demostrin que els consums moderats no són perjudicials i que, fins i tot, poden ser bons, si més no per a la salut mental.