

Hamburguesas, ¿sí o no?

El informe que publicó en 1991 la revista de la Organización de Consumidores y Usuarios sobre las hamburguesas levantó ampollas en las grandes empresas del sector, de origen norteamericano casi todas, que no solo vieron peligrar su lucrativo negocio, sino que consideraron, indignadas, que se trataba de una flagrante injusticia.

No vamos a analizar aquí ni el tono ni la forma en que se presentó en su momento la información de **marras**; ni siquiera cabe dudar, en principio, de la honestidad de nadie ni, por tanto, de la veracidad de los análisis que encomendó la revista a determinados laboratorios. Aunque pudiéramos pensar que se debía haber tratado el tema con más prudencia, no es esa la cuestión esencial, ni mucho menos. Lo esencial es, no nos engañemos, **el fondo y no la forma**.

Las acusaciones de la OCU se reducían, en esencia, a dos problemas concretos: el nivel **higiénico** de esos establecimientos, por una parte, y la pertinencia gastronómico-dietética del alimento que se expende, por otra.

En cuanto al primer punto, la revista afirmaba que se habían encontrado microorganismos —**colibacilos**, más exactamente— en algunos establecimientos del ramo. Difícil sería determinar si ello responde, entonces y ahora, a una realidad absoluta; los análisis, en aquellos días, así lo certificaban.

Y aunque su veracidad fue puesta en cuestión por las multinacionales afectadas, que al parecer intentaron incluso llegar hasta los tribunales, lo cierto es que un análisis científico

realizada por un laboratorio de prestigio es en principio inatacable, salvo error y omisión.

Lo único que cabe aducir en este punto es que en los establecimientos del ramo de la alimentación, en todos ellos y no solo en las hamburgueserías, a pesar de todas las precauciones que se tomen, en cuanto haya manipulación humana el riesgo de **contaminaciones fecales** es relativamente importante. Y no por ello, menos inexcusable, habría que añadir.

En el caso de los *fast food*, es de justicia reconocer que trajeron a España un tipo de higiene y de estética claramente por encima de lo habitual en los bares y tascas hispanos. [...] No cabe la menor duda de que, a su lado, casi todas las tascas y muchos bares y cafeterías españolas resultan mucho peores, en lo que a higiene respecta. [...]

La otra cuestión, la de la pertinencia alimenticia de las hamburguesas, es bastante más clara, y menos «judiciable», por cierto. En primer lugar, tendrían que explicarnos esas multinacionales si en España se mantienen los mismos niveles de exigencia, en la **calidad dietética** del alimento propuesto, que en los Estados Unidos. En segundo lugar, convendría advertir que las hamburguesas —y ello vale, en general, para todo tipo de *fast food* o comida rápida— no constituyen un buen alimento, porque su proporción entre grasas, proteínas y carbohidratos no es demasiado buena; pero eso mismo cabe decir de muchos otros tipos de comida, sin que nadie se cuestione su prohibición por dicha causa.

Y en tercer lugar, y quizá este es el problema más espinoso, las grasas utilizada —al freír, en la bollería, en la propia carne picada e incluso en los helados— no son buenas para la salud, porque en ellas predominan escandalosamente

las **grasas saturadas**, es decir, las de origen animal o bien las vegetales de palma, palmiste o coco.

Y todos deben saber que estas grasas saturadas son las que propician, a la larga, la enfermedad vascular, la arteriosclerosis.

Con todo, las hamburguesas y los *fast food* en general les gustan a los jóvenes, e incluso a muchos mayores. Y nadie debería **rasgarse por ello las vestiduras**, aunque nos parezca una lástima que se prefiera ese tipo de dieta a nuestra tradicional y cardiosaludable dieta **mediterránea** a base de aceite de oliva, frutas, verduras y pescado.

De hecho, si los problemas de higiene están garantizados y se sustituyen las grasas saturadas por insaturadas —aceites vegetales de soja, girasol e incluso, puestos ya a pedir, de oliva— quizá muchos de los que rara vez pisamos

uno de esos establecimientos lo haríamos muy gustosos..., eso sí, solo de cuando en cuando.

La cultura gastronómica española, y en general la europea, no deja de sentirse ligeramente ofendida por el éxito, que muchos juzgan incomprensible, de esos manjares importados de Norteamérica. Pero el éxito está ahí; nuestros jóvenes tienen, al parecer, un paladar semejante al de los jóvenes norteamericanos.

Manuel TOHARIA

Micromegas, del dinosaurio amaestrado a la capa de ozono McGraw-Hill, Madrid, 1993.

ACTIVIDADES

1. ¿Qué título pondrías al texto que acabas de leer?
2. Resume las ideas principales del texto en pocas líneas.
3. Consulta y explica el significado de las palabras y expresiones señaladas en negrilla.
4. Consultando el texto, contesta a las siguientes preguntas:
 - a) ¿Por qué se enfadaron las cadenas de hamburgueserías con el estudio de la OCU?
 - b) ¿Por qué aparecen colibacilos en muchos restaurantes?
 - c) ¿Es igual la higiene de los establecimientos tradicionales que los de los *fast food*?
 - d) ¿Qué tipo de grasas son más recomendables en la dieta?
 - e) ¿En qué se diferencia la dieta mediterránea de la comida rápida?
5. Pensando en lo que has estudiado sobre el tema, contesta:
 - a) ¿Qué enfermedades puede producir los colibacilos?
 - b) ¿Y el abuso de calorías y grasas saturadas?
 - c) ¿Qué grupos de alimentos están representados en un menú rápido? ¿Y en uno tradicional?
 - d) En el texto, ¿se habla más de alimentos o de nutrientes? Clasifica en dos columnas los alimentos o nutrientes que se mencionan en el texto.
 - e) ¿Sería recomendable una dieta a base comida rápida? ¿Qué inconvenientes y ventajas puede tener?
6. En los restaurantes de comida rápida o en sus páginas de Internet se puede localizar fácilmente el tipo de grasas que utilizan. Investiga si desde que se publicó este artículo se han sustituido las grasas necesarias y haz una pequeña redacción en la que expliques tu postura ante este tipo de establecimientos.