

PEDOS CON OLOR A ROSA Y VIOLETAS

Un francés lanza unas píldoras a base de hierbas para maquillar las ventosidades. Los médicos dicen que todos tenemos flatulencias

POR ÁNGELA CASTILLO



Tirarse un pedo debe ser moral y socialmente aceptado», gritó un valiente demócrata ante el Senado romano. La voz, que se alzó hace miles de años, apenas se escuchó. La respuesta del Gobierno fue rotunda: «Solicitud denegada». La Historia quedó escrita y el 'no' grabado en la memoria de toda una civilización. La prueba: a día de hoy, existen pocas cosas más embarazosas que expulsar aire cuando y donde no se debe. «Hacer oídos sordos a esta propuesta fue un error. Piénsalo, al

igual que en otras civilizaciones, esto sería algo normal en Occidente», protesta el doctor Gonzalo Guerra, del Centro Médico-Quirúrgico de Enfermedades Digestivas, quien insiste en que «las flatulencias hay que expulsarlas». Así, sin más.

Quien tiene otra visión sobre este asunto es el inventor francés Christian Poincheval. En 2004, y sin más excusas que hacer de este mundo un lugar mejor, se propuso acabar con el olor desagradable de las flatulencias. Tres años después, sus píldoras para que los pedos huelan a rosa, chocolate o violeta vieron la luz: «No fue nada fácil. La mayoría de los laboratorios pensaron que estaba loco», confiesa a ZEN este emprendedor: «Yo la tomo cada día y mi esposa también. Aún así, la prueba de que funciona está en los clientes que las compran».

Pilule Pet –así se llama la pastilla– está elaborada a partir de plantas, según aseguran, y se comercializa en Francia, Estados Unidos, Canadá, Australia, China o Japón.

«Este tipo de remedios para convertir las flatulencias en gases inodoros ha existido desde siempre», asegura el doctor Guerra, que pone como ejemplo Roter, las tabletas para la úlcera de estómago que se vendían en los 60. Y es que el invento de Poincheval no es el único. Productos como Devrom, los probióticos y la clorofila o el cilantro también pueden servir para neutralizar el hedor.

«El olor del aire expulsado varía según el tipo de gases y flora intestinal de cada uno. Esto depende de la clase de alimentos que ingerimos», explica

Manuel Moñino, presidente del Colegio de Dietistas-Nutricionistas de Baleares. «Por ejemplo, las proteínas generan un olor más desagradable que la fibra», añade.

EL ESTRÉS Y LOS GASES

Comer y beber es ley de vida. Al hacerlo ingerimos aire, razón por la que los pedos, los eructos y la angustia de padecerlos son el pan nuestro de cada día. «En general, todos tenemos la misma cantidad de aire en el intestino. Sin embargo, hay pacientes que sufren una sensibilidad aumentada. De ahí la molestia», afirma David López, médico de familia en el ICS-Barcelona.

Para este profesional, la ansiedad, los nervios o la hiperactividad son los motivos principales por los que ciertas personas son más propensas a transformar los gases en hinchazones o, incluso, dolor: «Hay que evitar tomar café o excitantes. También hay que resolver conflictos personales que no nos permitan vivir en paz», aconseja. Coincide con él el doctor Guerra: «Se

Los gases no son dañinos, pero pueden reducirse si se vive sin estrés, se hace ejercicio de forma regular y se evitan las grasas, los fritos y las bebidas con burbujas

observan diferencias abismales entre el hombre de ciudad y el del campo. Un agricultor no viene a la consulta por esto», reitera el experto: «El estrés provoca una aceleración del tránsito intestinal y hoy es imposible hacer algo sin andar mirando el reloj».

Cuenta la leyenda –y la ciencia– que la col, la coliflor, el rábano, la cebolla, el ajo o el puerro son capaces de multiplicar por mil el aire intestinal. Para muchos, pronunciar estas palabras es sinónimo de gases.

Moñino desmonta ese mito y, aunque reconoce que hay alimentos más flatulentos que otros, asegura que la clave está en cómo se toman. «Las legumbres por sí mismas no tienen por qué generar gases», dice el nutricionista. «Hay que estar atentos. El causante de las molestias no siempre es el mismo, varía según el individuo».

Comer lento, masticar con la boca cerrada, evitar las bebidas con gas, los platos copiosos o la grasa, apartarse de los fritos, nunca sorber líquidos, no hablar mucho mientras se ingiere o consumir plantas como hinojo, carbón vegetal activado, boldo o comino son gestos que ayudarán a no padecer gases. Caminar o hacer ejercicio también aminoran las flatulencias. Pero ¿son dañinos los gases? El doctor Guerra lo tiene claro: «No, en absoluto. La nociva es la sociedad, que no nos deja expulsarlos», pero sí disfrazarlos de vientos violetas, brisas rosas o aire de chocolate.

