

## Una eminencia para 'alegrar' el corazón



Fuster, en la Universidad Internacional Menéndez Pelayo el año pasado. | David S. Bustamante

- 'Aún no hay conciencia de la necesidad de mantener unos hábitos de vida sanos'
- 'La obesidad no es un problema de Sanidad sino de la población general'

*Xaïme Méndez Baudot* | Santander

Actualizado **martes 16/07/2013 16:49 horas**

Valentín [Fuster](#) no necesita presentación, pero sólo diremos que es uno de los cardiólogos más célebres del mundo. Incluso el único que puede lucir, en una misma estantería, todos los [galardones](#) de las cuatro mayores organizaciones cardiovasculares del mundo.

Un referente que desarrolla su labor a caballo entre EEUU, como **director del Instituto Cardiovascular del Hospital Monte Sinaí de Nueva York**, y España, dirigiendo el Centro Nacional de Investigaciones Cardiovasculares (CNIC). Una eminencia que no renuncia a motivar a los más jóvenes porque España, asegura, tiene futuro.

"Lo que tenemos que hacer es dedicarnos a algo que valga la pena, y en este país hay mucho que hacer. Yo soy de los que creo", ha sido su presentación. Por ese credo cada año aparece por los cursos de verano de la Universidad Internacional Menéndez Pelayo (UIMP) para hablar, a un auditorio predominantemente joven, de **las últimas**

**novedades de su campo.** "Supongo que lo sigo haciendo porque creo que sirve para algo", admite. Y es que en España, al contrario de lo que se pueda percibir por el día a día nublado de malos augurios, "hay talento, pero hay que empezar a hacer y no hablar. Lo que no podemos es perder energía criticando".

Por ello, ha enfatizado que es necesario centrarse. "Yo no hablo de hechos que ocurren y me cruzo las manos; yo hablo de hechos en los que puedo hacer algo", ha afirmado antes de sentenciar que, lo demás, "es perder el tiempo".

Fuster está convencido de que **la situación se puede revertir**, y por ello pone a disposición su nombre y su tiempo. "Los que tenemos la oportunidad tenemos que ir a descubrir a la gente joven", ha manifestado, aunque se ha apenado de que España no sea un país con una cultura de mentores o tutores y, por eso, lo intenta solucionar desde el Centro Nacional de Investigaciones Cardiovasculares (CNIC) con el programa para jóvenes (de 16 y 17 años), que ya va por su octava edición.

Además, no considera negativo el hecho de que los jóvenes salgan al extranjero "está bien que te dé el aire", ha señalado el doctor Fuster antes de especificar que el punto principal es "cómo el país abre las puertas para que vuelvan" porque, ha remarcado, "han de dárseles oportunidades".

## **Conducta humana**

El galardonado cardiólogo considera que la salud "no es una prioridad en el mundo porque **creemos que tenemos salud. No hay una sensación de vulnerabilidad**". Por eso, él apuesta por hacer de las recetas de una vida más saludable un plan de marketing: "Si nos repetimos cada día 10 veces que es importante controlar la presión arterial, dejar el tabaco y controlar el colesterol tal vez terminaremos haciéndolo".

Esto porque, según él, la gente no está tomando conciencia de la necesidad de mantener unos hábitos de vida sanos, "está aumentando la [obesidad](#), la gente puede estar hablando de ello pero hablar no sirve de nada". Por ello, ha puntualizado que no es un problema de los departamentos de Sanidad sino de la población en general.

Fuster no cree que la comunidad médica tenga "ni la primera ni la última palabra" a la hora de establecer modos de vida. Hacen **programas, como el Fifty-Fifty** que promueve él junto a la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN), pero la decisión final de tomar un modo saludable de vida o no es de la persona.

Para Fuster, a las personas les da igual que un médico les diga que deje de fumar, porque es un tema "social y cultural". Pero ve la luz en el túnel, porque piensa que la comunidad médica está entrando en estos aspectos y apunta al foco primordial: **los niños que son, para Fuster, "una ventana a la oportunidad"**. "Hay que entrar por ahí, porque aunque entremos con adultos en sesiones de terapia de grupo, creo que en este aspecto hay que entrar mucho en las familias, donde se puede crear una cultura más positiva", ha señalado. De hecho, ha sentenciado que mientras no se logre esto "se conseguirán cosas, pero serán un poco 'cosméticas'".

Esto, claro, **sin dejar de lado a los adultos**. En ellos también se busca incidir a través de programas, ponencias (estas dos formas más divulgativas) o con reuniones como las que realizan al modo de 'Alcohólicos Anónimos' donde cada uno cuenta sus problemas y se ayudan mutuamente.

Valentín Fuster es optimista. Opina que [hay potencial](#) y, es una obviedad, donde hay potencial puede haber una realidad. Por eso no cesa en su empeño y sigue de ponencia en ponencia y de programa en programa buscando la mejor solución. "**Mi objetivo es motivar a la gente**", admite. Si lo consigue (para lo que necesita la ayuda de todos), el corazón de la sociedad, y el de cada uno, se lo agradecerá.