

ENTREVISTA CON XAVIER VILAMALA, PRESIDENTE DEL GREMI DE FLEQUERS DE BARCELONA



Promocionar la imagen del pan tradicional y de calidad y desterrar, de una vez por todas, la idea de que el pan engorda son algunos de los muchos esfuerzos que realiza el Gremi de Flequers de Barcelona, apostando clara y contundentemente por la artesanía. Las campañas de este año han sido múltiples, creando su mascota, "El panarra", y haciendo campañas en cines y barrios, con el apoyo del Área de Promoción Económica del Ayuntamiento de Barcelona y la Secretaria de Comerç de la Generalitat de Catalunya.

### Cómo está afectando la crisis al sector?

Evidentemente nos preocupa a todos. En una reciente convención de gremios, celebrada hace unas semanas en Barcelona, se abrieron unos índices de un 10% menos de ventas en el sector del pan. No somos una gran empresa, en cualquier caso lo somos en conjunto, por lo que no podemos establecer un expediente de regulación de empleo, o planes especiales de reestructuración ante la crisis, "facilidades" que compensan a las multinacionales. Nuestro negocio lo asumimos con el apoyo de la familia, y muchas veces hipotecando patrimonio para evitar despidos. Aunque parece que el pan sea un producto imprescindible, también se ve afectado por la crisis, dado, precisamente, porque las pequeñas y medianas empresas están sufriendo problemas de financiación: si el

empresario necesita un crédito o subvención se encuentra con muchas dificultades.

**-Y ahora viene la Navidad...**  
Efectivamente. Otra de las noticias recientes es que el comercio "teme" a la Navidad, momento que para nosotros también es crucial, dado que trabajamos muchas variedades de pan, para producir más. Hay un cierto desánimo en cuanto a lo que pueda ocurrir; sin embargo, yo me muestro optimista, creo que saldremos, pese a las dificultades, de este bache. Nuestro sector precisamente no tiene paro, tenemos nuestra escuela para formar a futuros panaderos y dependientes, generamos empleo. Hemos firmado un convenio con el Departament de Comerç de la Generalitat para formar dependientes a partir de enero, y esperamos que las administraciones también respondan en este sentido.

### Hablemos del pan sin mitos

Una de las campañas en las que está inmerso el Gremi de Flequers de Barcelona es la distribución de un folleto informativo en todas las panaderías desterrando los falsos mitos del pan e indicando sus bondades nutricionales, firmado por la médica nutricionista Magda Carlas, jefe del departamento de Nutrición de la Clínica Eugén de Barcelona, quien comenta: "Curiosamente [el pan] es uno de los alimentos más antiguos y carismáticos de nuestra dieta y en cambio es uno de los más desprestigiados. No son pocas las personas que todavía hoy piensan que detrás de sus problemas de peso y silueta hay un gran culpable que es el pan...hay que saber que el pan tiene suficientes virtudes para que lo incluyamos sin miedo en nuestro menú. Una de ellas es que tiene un elevado porcentaje de carbohidratos y, por lo tanto, tiene uno de los nutrientes que deben aportar el 55-60% de la energía de la dieta. Además, se trata de un alimento sencillo y natural. La fórmula básica es simple: agua, levadura y harina. Sobre todo si se trata de pan artesano. Sin contar que tiene un mínima dosis de grasas y que por lo tanto ayuda a combatir uno de los grandes defectos de la dieta actual que sin duda es el exceso de grasas saturadas. Hay que dar al pan el lugar que le corresponde e incluirlo en nuestro menú, porque con ello no tan sólo estamos recuperando un alimento tradicional, sino que estamos favoreciendo nuestra salud". De entre los falsos mitos del pan están que la corteza engorda menos que la miga o que para adelgazar sólo es necesario eliminar el pan.

# “Recuperar el bocadillo en el desayuno y la merienda reduce el índice de obesidad infantil”

El Gremi de Flequers de Barcelona es toda una referencia en Catalunya

### -¿Qué mensaje daría a los lectores?

Un mensaje de tranquilidad, de austeridad en los precios, de comprender la situación, de hacer un esfuerzo...Nosotros seguiremos dando la misma calidad de producto e intentando diferenciar nuestro pan del industrial y el congelado, pidiendo a la Administración que nos ayude a regular esta venta de pan en las tiendas que lo hacen de cualquier manera y sin seguir los procedimientos requeridos de calidad, como si cumplen las que están agremiadas.

### -¿Por ejemplo?

Prohibiendo los rótulos "panadería" en los lugares en donde no corresponde, aplicar unas normas más rígidas. Por ponerle un ejemplo, recordará aquella noticia de una operación contundente de la policía en el Raval, pues bien, tuvimos que ver y escuchar en todos los medios de comunicación la intervención policial en un local con rotulación de "panadería", y era un simple colmado.

### -Un problema grave que está afectando a la población infantil de nuestro país es el alto índice de obesidad. ¿Qué cantidades se recomiendan al día?

Es cierto. Se está comenzando a divulgar la idea de que hay que introducir el pan para tener una dieta equilibrada, sobre todo la de la población infantil. Los niños tienen una dieta totalmente desequilibrada. Recuperar el bocadillo en el desayuno y la merienda es algo fundamental para reducir el alto índice de obesidad infantil. Es un problema de la educación, sabemos que es mucho más fácil dar a los niños un bollo industrial que dedicar un tiempo a preparar un bocadillo. La cantidad diaria recomendada ha de ser la que ha sido siempre, 250 gramos por persona y día, actualmente estamos en un consumo diario de 100-130 gramos, la mitad.

### -¿Qué variedades de pan existen hoy en día? ¿Cómo ha evolucionado el sector en este sentido?

El sector ha evolucionado bien y rápido. En Barcelona fuimos de los primeros en entender que la situación había cambiado, que teníamos que diferenciarnos, por lo que se han creado muchas especialidades artesanas de calidad. Se están haciendo entre 25-30 variedades de pan cada día, algunos hasta hacen más. Del extranjero, la variedad que se ha consolidado más es la chapata, pero también tiene mucho éxito el pan de payés nuestro y los panes rústicos, hechos con harinas especiales, como de centeno, blancas, de espelta...

### -¿El pan bien hecho es aquel que dura varios días, como antaño?

Sí, desde luego. Depende del tipo de pan, naturalmente, porque una baguete larga dura menos. Tratamos de reconducir la durabilidad del pan mediante los panes rústicos de miga, que son más duraderos y además es algo que los consumidores prefieren: lo guardan en la nevera y no tienen que ir a la panadería cada día.

### -¿Qué diferencia hay entre el pan industrial o congelado, y el pan artesano?

La diferencia es grande, los sistemas de fabricación son totalmente diferentes, el artesano está tratado con cariño y profesionalidad; ser artesano quiere decir hacerlo mejor. El futuro pasa por la artesanía, es un sello de garantía.

**“Tratamos de reconducir la durabilidad del pan mediante los panes rústicos de miga, que son más duraderos”**

GREMI DE FLEQUERS DE BARCELONA  
www.gremipabcn.com

## EL PLACER DE DEGUSTAR UN BUEN PAN

Elaborado y horneado en las panaderías artesanas del Gremi de Flequers de Barcelona



Busque a los auténticos profesionales del pan  
Cerca de su casa encontrará una panadería artesana  
[www.fornsdebarcelona.com](http://www.fornsdebarcelona.com)



Pida en su panadería artesana el catálogo "El que cal saber del pa" y las recetas de los bocadillos más saludables aconsejados por la Dra. Magda Carlas, médica nutricionista.