



FOTO: CEDIDA

Realizan Jornada de Actualización en Nutrición

Nutricionistas de diversas universidades y servicios de salud de la región del Biobío se reunieron en la Jornada de Actualización en Nutrición titulada: "Guías Alimentarias para Chile: Una mirada más allá de los mensajes", realizada en el Teatro de la Universidad Católica de la Santísima Concepción. Esta iniciativa fue organizada por la Subcomisión Regional GABAs (Guías Alimentarias Basadas en Alimentos), el Comité Regional de la Estrategia para Detener el Sobrepeso y la Obesidad en Niños, Niñas y Adolescentes 2023-2030, y la Seremi de Salud de la Región del Biobío.

Alimentarse es una condición esencial para la vida, por esta razón es importante que las personas comprendan el valor de una alimentación saludable. Con el apoyo de guías que ayuden a prevenir el sobrepeso y la obesidad, se puede lograr un impacto significativo en la calidad de vida, tanto a nivel individual como comunitario.

El Seremi de Salud de la región del Biobío, Dr. Eduardo Barra, comentó que "en este contexto, la Seremi de Salud, en conjunto con las mesas que abordan temas de seguridad alimentaria y salud en la alimentación, pone un énfasis

especial en promover estas iniciativas, dirigidas tanto al personal de salud y educación".

Mauricio Sotomayor, jefe de Carrera de Nutrición y Dietética de la UCSC, abordó la Guía Alimentaria N°2: "Beneficios de las moléculas con actividad biológica contenidas en frutas y verduras", señalando que "se revisó evidencia de laboratorio y estudios en humanos sobre cómo es posible mejorar la capacidad antioxidante y antiinflamatoria, aumentar la insulinosensibilidad, mejorar la leptinasensibilidad, la adiponectinasensibilidad, entre otros beneficios".