



Médica chilena se consolida como referente mundial de la Medicina del Estilo de Vida

La presidenta de la Sociedad Chilena de Medicina del Estilo de Vida (Sochimev), Sandra Lanza Sagardía, fue nombrada Fellow por la International Board of Lifestyle Medicine, un honor que hasta ahora sólo poseen tres profesionales en el planeta, compartiendo esta distinción con Wayne Dysinger (Estados Unidos) y Siva Poobalasingam (Malasia). Según la IBLM, la designación de Fellow (FIBLM) no se otorga de forma automática: los aspirantes deben cumplir exigentes requisitos y una exhaustiva revisión de la trayectoria profesional, destacando sólo líderes cuyo compromiso sea excepcional con el movimiento global de la medicina del estilo de vida. La incorporación de

una médica chilena a este selecto listado pone en relieve el creciente protagonismo de Latinoamérica en la promoción de hábitos saludables. “Esta designación me llena de orgullo y gratitud. Es un notable avance para todos quienes soñamos con una medicina más humana, preventiva y basada en evidencia científica”, destacó la doctora Sandra Lanza. Cabe señalar, que la medicina del estilo de vida se basa en seis pilares —alimentación basada en plantas, actividad física, sueño reparador, gestión del estrés, evitar sustancias de riesgo y conexiones sociales positivas— para prevenir y tratar enfermedades crónicas como las cardiovasculares, la diabetes tipo 2 y la obesidad.