

Fecha: 20-08-2025
Fuente: El Mostrador
Título: **Comer con arte, ciencia y conciencia**

Visitas: 1.491.594
VPE: 1.093.808

Favorabilidad: ☐ No Definida

Link: <https://www.elmostrador.cl/noticias/opinion/cartas/2025/08/20/comer-con-arte-ciencia-y-conciencia/>

Por: Equipo Interdisciplinario de Investigación, Innovación y Desarrollo en Medicina Culinaria **UDP** Señor director: <p> La obesidad es el reflejo de una crisis de salud pública que atraviesa generaciones y sistemas alimentarios. En Chile, como en otros países, los números son alarmantes, no solo por el aumento de la obesidad infantil, sino por su persistencia a lo largo de la vida. Estamos criando futuros adultos enfermos, y lo estamos haciendo desde nuestras cocinas. Un espacio que antiguamente presentaba un protagonismo indiscutido en el funcionamiento familiar. Frente a esta situación, urge una transformación en cómo concebimos la alimentación saludable y sostenible.

No basta con dictar guías alimentarias, necesitamos reencantar a la sociedad con el acto de nutrinos bien. </p> <p> La medicina culinaria emerge como una alternativa potente y necesaria en la que convergen la ciencia, el arte y la salud, que no solo enseña a nutrir el cuerpo, sino también a disfrutar de cocinar, compartir y alimentarnos. Frente a lo anterior, el arte puede ayudar a nutrinos mejor, porque comer no es solo una necesidad biológica, también es un acto cultural, emocional y social. </p> <p> Este enfoque no es una moda.

Experiencias internacionales nos muestran que es posible formar profesionales de la salud con herramientas prácticas y sensibilidad cultural para abordar los desafíos alimentarios, propiciando comportamientos alimentarios saludables desde el ejemplo, el conocimiento y la empatía</p> <p> La medicina culinaria nos invita a recordar el arte del buen comer. Revalorizar el arte culinario —el aroma, el color, la presentación y la historia de los alimentos— puede ser clave para que niños, niñas y jóvenes desarrollen una relación positiva con la comida.

El arte en la alimentación no es trivial; es terapéutico, educativo y profundamente humano. </p> <p> Entonces, ¿cuáles son los obstáculos? El acceso a alimentos saludables, la falta de tiempo, la pérdida de tradiciones culinarias, el espacio reducido de las cocinas actuales y el acceso fácil a la comida ultra procesada podrían ser parte de las barreras.

Enfrentar todo esto debería ser una tarea colectiva pues requiere de voluntades, inversión y colaboración tanto a nivel familiar, educacional y político: en definitiva, es un problema multisectorial e interdisciplinario. </p> <p> Hoy más que nunca necesitamos profesionales de la salud que sean un reflejo del arte del buen comer y que incorporen la medicina culinaria en su labor diaria, como una herramienta real para transformar vidas y finalmente, transformar la cultura de un país. </p> <p> Equipo Interdisciplinario de Investigación, Innovación y Desarrollo en Medicina Culinaria **UDP**. </p> <p> Dr. Matías González, Dra. Karin Kleinsteinuber, Dra. Alejandra Quiroz, Dra. Fanny Petermann-Rocha, Dra. Lorena Oróstica, Dr. Juan Montiel y Andrea Josch, Directora de la Escuela de Arte **UDP**. </p> Autor: Medicina Culinaria **Udp**



The screenshot shows the article page on El Mostrador. At the top, the date '20 agosto, 2025' is visible. The title 'Comer con arte, ciencia y conciencia' is prominently displayed. Below the title, the author 'Por: Equipo Interdisciplinario de Investigación, Innovación y Desarrollo en Medicina Culinaria UDP' is listed. The article text is presented in a clean, readable format with paragraph breaks. The bottom of the page features a list of authors: 'Dr. Matías González, Dra. Karin Kleinsteinuber, Dra. Alejandra Quiroz, Dra. Fanny Petermann-Rocha, Dra. Lorena Oróstica, Dr. Juan Montiel y Andrea Josch, Directora de la Escuela de Arte UDP.' and a small logo for 'Escuela de Arte UDP'.