

Fecha: 05-02-2020
 Medio: La Estrella de Iquique
 Supl.: La Estrella de Iquique
 Tipo: Actualidad
 Título: El 49% de los tarapaqueños toma bebidas gaseosas todos los días

Pág. : 2
 Cm2: 622,5
 VPE: \$ 1.038.980

Tiraje: 9.500
 Lectoría: 28.500
 Favorabilidad: No Definida

Patricio Iglesias P.

IGNACIO MUÑOZ

La región de Tarapacá está sobre la media nacional en el consumo de bebidas gaseosas, con un 49,3% de personas que las prefieren y beben a diario, según reveló la Radiografía de la Obesidad y Sobre peso del programa Elige Vivir Sano.

El promedio nacional es de un 48,8% de personas que consumen un vaso de bebida gaseosa o jugo al día.

Cabe consignar que la región con mayor consumo de azucarados es la de Antofagasta con 65,2 por ciento, seguido por Atacama con 54% y Arica y Parinacota con 53,5%.

La situación da cuenta, de acuerdo a este estudio, que el consumo de azucarados influye en la calidad de la salud, en especial en niños de 2 y 12 años, donde se detectó que estos consumen jugos envasados, en polvo y bebidas gaseosas.

De acuerdo al estudio CCU de 2018 sobre consumo, elaborado por Canadean Global Beverage Forecast, los chilenos consumieron 116 litros de estas bebidas al año y 25 litros de jugos.

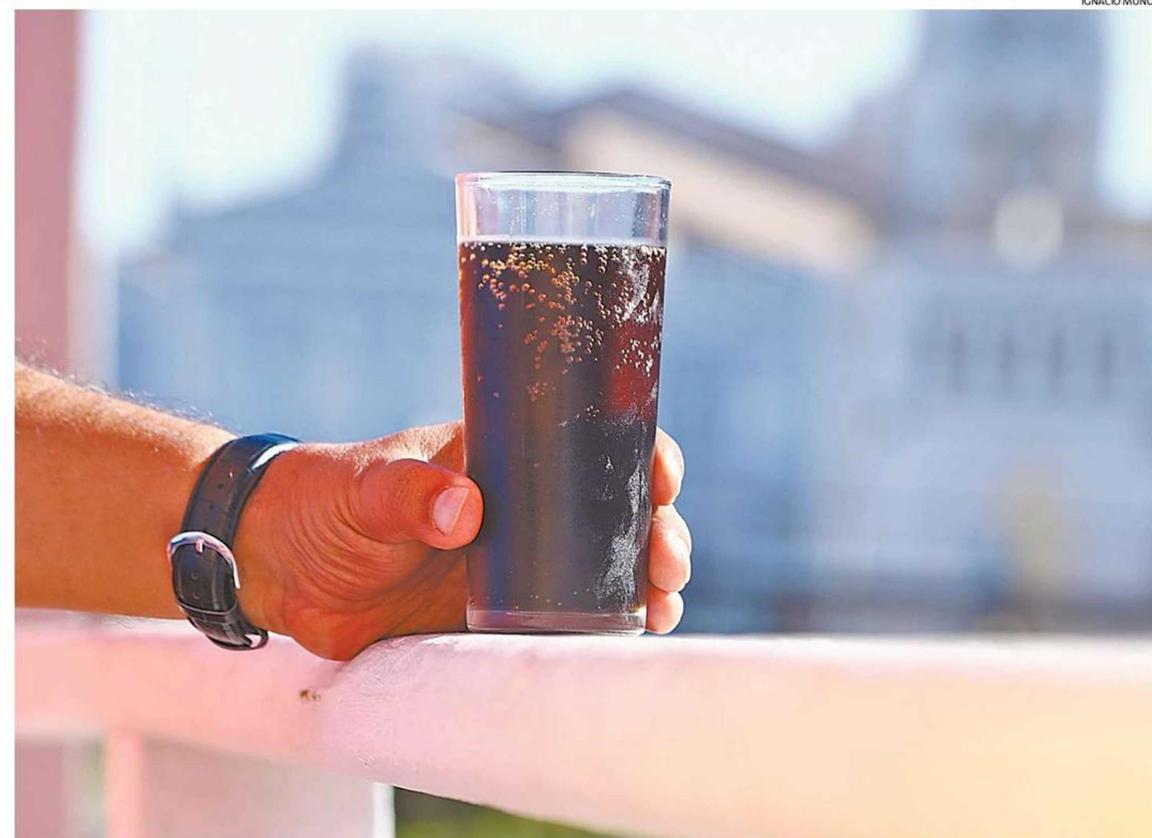
CONSUMO

Las cifras son respaldadas por la última versión de la VIII Encuesta de Presupuestos Familiares, de 2018, la que reveló que el 73,9% de los hogares del país consume bebidas gaseosas.

Es así que en promedio las familias gastan \$15 mil en bebidas gaseosas, lo que supera al presupuesto destinado a verduras, legumbres y verduras.

PAN Y BEBIDAS

De acuerdo a los datos de esta encuesta, las familias en Chile destinan el 18,7% de sus gastos a alimentación. El pan (96,3%) y las bebidas gaseosas son los productos que los chilenos dicen comprar más. Eso sí, si se observa hacia dónde se dirige el gasto, son la carne (20,2%), el pan, los cereales y las masas (18,3%) a donde se destinan más recursos. La secretaria ejecutiva de Elige Vivir Sano, Daniela Godoy, detalló que la nueva campaña comunicacional "Hoy empiezo a vivir sano" tiene cuatro pilares: "focalizarnos en niños y niñas, que son motor de cambio de nuestra sociedad; promover la actividad física, el juego, el movimiento por sobre el uso de las pantallas".



LOS IQUIQUEÑOS BEBEN EN PROMEDIO UN VASO DE BEBIDA GASEOSA DIARIO. AL MES SE DESTINA POR FAMILIA 15 MIL PESOS PARA ADQUIRIR GASEOSAS Y AZUCARADOS.

El 49% de los tarapaqueños toma bebidas gaseosas todos los días

En promedio, 15 mil pesos gastan las familias a nivel nacional en azucarados, jugos envasados y gaseosas, según la Radiografía de la Obesidad y Sobre peso del programa Elige Vivir Sano.

PROMUEVEN CAMPAÑA

Según la Encuesta de Presupuestos Familiares sistematizados por el Observatorio Elige Vivir Sano, las familias en Chile destinan el 18,7% de sus gastos a alimentación. El pan y las bebidas gaseosas son los productos que los chilenos dicen comprar más. Eso sí, si se observa hacia dónde se dirige el gasto, son la carne (20,2%), el pan, los cereales y las masas (18,3%) a donde se destinan más recursos. La secretaria ejecutiva de Elige Vivir Sano, Daniela Godoy, detalló que la nueva campaña comunicacional "Hoy empiezo a vivir sano" tiene cuatro pilares: "focalizarnos en niños y niñas, que son motor de cambio de nuestra sociedad; promover la actividad física, el juego, el movimiento por sobre el uso de las pantallas".

ALARMA

Para el médico nutricionista, doctor en nutrición y académico de la Universidad San Sebastián, Samuel Durán, la situación es preocupante porque el

consumo de azucarados y gaseosas "pueden provocar obesidad, diabetes, algunos tipos de cáncer".

Expuso que Chile es el principal país consumidor de bebidas gaseosas del

mundo, desplazando a México con 300 ml diarios, equivalentes a un vaso y medio al día: "puede ocurrir que el aumento de las temperaturas implique aumentar el consumo en niños y adultos, pero lo correcto es incentivar el consumo de agua".

Para el especialista, considerando el aumento de la obesidad que existe en Tarapacá y que se refleja a nivel país, donde los mayores índices de obesidad y sobrepeso se asientan en la zona sur, "lo que debe prevalecer es el cambio de hábitos alimenticios. De partida deben aumentar el consumo de verduras y frutas en los niños, así como beber agua pura".

El especialista argumenta que la Ley del Etiquetado de Alimentos ayudó a conocer la cantidad de azúcar y calorías en los alimentos, incluso en los azucarados, precisando "que empresas se vieron obligadas a bajar la cantidad de azúcar y llegaron a crear gaseosas que no tienen etiqueta".

No obstante, considera que son los padres quienes deben preocuparse de los alumnos en vacaciones. "Los estudiantes en clases por lo general mantienen su peso y este aumenta cuando regresan de vacaciones. Deben tener una alimentación sana en vacaciones, no comida chatarra, así como realizar acti-

\$15
 Mil gastan mensual las familias a nivel nacional en el consumo de bebidas gaseosas y azucarados.

11,2%

Es el consumo de verduras por familia en la región de Tarapacá según VIII Encuesta de Presupuestos Familiares.