

Fecha: 09-02-2026
Medio: El Diario de Atacama
Supl.: El Diario de Atacama
Tipo: Cartas
Título: **CARTAS: Alimentación saludable**

Pág.: 7
Cm2: 99,9
VPE: \$ 111.278

Tiraje: 2.200
Lectoría: 6.600
Favorabilidad: ☐ No Definida

taban viviendo
sus caras: ojos
risas espontá
frente a lo des
entusiasmo a
la ciencia y la
bles y cercanos

Experiencias
llas que permiten
toestima, de
construyen co
momento pa
comience a vi
nera. Este viaje
su compromiso
fantil y a la esc
ñal para el p
educación de
resultados so

Chile tiene
de comprom
la educación
etapa de tran
fundamental

Dire
1

Alimentac

●Chile vive un
dible: la maln
peso y obesid
tad de la pobl
impactos en d
cer y calidad c
tructural, no:
líticas pública
y sostenibili

En este contexto, un reciente proyecto de ley, que modifica la Ley N° 20.606, propone que restaurantes y locales de comida informen de manera visible las calorías de cada plato y bebida en cartas físicas o digitales. Esta medida fortalece el derecho a decidir con información y puede contribuir a mejorar elecciones alimentarias.

La evidencia internacional muestra que el efecto promedio del etiquetado calórico es modesto, pero consistente: reduce ligeramente las calorías seleccionadas/consumidas. Por eso, su valor real está en integrarlo a un paquete de acciones: entornos alimentarios saludables, regulación de marketing, compras públicas, educación alimentaria y medidas fiscales que favorezcan alimentos naturales y saludables.

Para maximizar su impacto en Chile sería recomendable una implementación gradual (partiendo por cadenas), porciones estandarizadas, rangos calóricos cuando corresponda y fiscalización sanitaria.

Lidia Paz Castillo
Académica Escuela de
Tecnología Médica UDP

El Diario de Atacama invita a sus lectores a escribir sus cartas a esta sección. Los textos deben tener una extensión máxima de 1.000 caracteres e ir acompañados del nombre completo, cédula de identidad y número telefónico del remitente. La dirección se reserva el derecho de seleccionar, extraer, resumir y titular las misivas. Las cartas deben ser dirigidas a **director@diarioatacama.cl**, o a la dirección **Atacama 725-A, Copiapó.**