

nes basadas en hechos, reconstruir la confianza en la salud pública y actuar con responsabilidad frente al hambre y la malnutrición en todas sus formas.

La evidencia es clara: la salud se construye desde el inicio de la vida. Los primeros 8.000 días son decisivos para prevenir obesidad, enfermedades crónicas, retrasos del desarrollo y desigualdades que luego se perpetúan. Por ello, invertir en alimentación saludable, protección social, entornos alimentarios sanos y educación nutricional no es gasto, es una inversión estratégica en capital humano, equidad y desarrollo sostenible.

Hoy más que nunca, América Latina necesita transformar la evidencia en acción. La cooperación entre gobiernos, academia, trabajadores de la salud y sociedad civil es clave para construir sistemas alimentarios más saludables, inclusivos y justos.

Apoyar la ciencia es, en definitiva, defender la vida, la dignidad y el derecho de las futuras generaciones a crecer sin hambre ni malnutrición.

Día Mundial de la Salud

Lidia Paz Castillo

● En el Día Mundial de la Salud 2026, bajo el lema “Juntos por la salud, apoyemos la ciencia”, es urgente recordar que sin evidencia no hay políticas públicas legítimas ni futuro saludable posible. Apoyar la ciencia significa defender decisio-

Actividad física

● En el Día Mundial de la Actividad Física vale la pena detenerse un momento y recordar algo que solemos pasar por al-