

# SEREMI DE SALUD DE ATACAMA ENTREGA RECOMENDACIONES PARA UNA SEMANA SANTA SALUDABLE Y SEGURA

**E**ste 24 de marzo con el Domingo de Ramos comenzó la Semana Santa, es por ello que la Seremi de Salud de Atacama, Jéssica Rojas Gahona, entregó recomendaciones a la comunidad para la compra y consumo de alimentos, evitando así las enfermedades que estos pueden transmitir, con el objetivo de resguardar la salud de la población.

En la oportunidad, la titular de salud indicó que

“ estamos en una fecha que es muy especial para muchas personas, que es la Semana Santa. Queremos que nuestra comunidad pueda reflexionar y disfrutar de estos días junto a su familia, pero siempre tomando los resguardos pertinentes a la hora de comprar o consumir alimentos. Dentro de ello, es importante comprar siempre pescados y mariscos en lugares establecidos, que cuenten con la respectiva autorización sanitaria y que estén almacenados en frío. También debemos fijarnos en que el pescado tenga ojos vidriosos, que la piel esté firme al tacto, que las agallas estén rojas y que no tenga mal olor. En el caso de los mariscos, debemos observar que estos se encuentren vivos al momento de la compra, sin malos olores”.

Asimismo, la Seremi Rojas señaló que

“ una vez seleccionados los productos para compra siguiendo esas recomendaciones, es necesario trasladar estos productos en contenedores con hielo a nuestros hogares, manteniendo siempre la cadena de frío. Una vez en casa se deben mantener refrigerados hasta el momento de su preparación, recordando separar siempre los productos crudos de los cocidos y recuerde: el limón no reemplaza la cocción, es importante que consuma siempre pescados y mariscos bien cocidos”.

En cuanto a las recomendaciones generales, desde la Autoridad Sanitaria indicaron que es importante lavarse muy bien las manos con agua y jabón antes y después de manipular alimentos, mantener limpias las superficies de preparación de los alimentos, lavar siempre frutas y verduras y usar sólo agua potable para la preparación de los productos.

A la fecha la Autoridad Sanitaria Regional ha reali-

zado más de 50 fiscalizaciones, lo que ha derivado en decomisos de productos cárneos, decomisos en platos preparados, y prohibiciones de funcionamiento en locales de expendio de pescados y mariscos.

## HUEVITOS DE PASCUA

La Ley 20.606 sobre composición nutricional de los alimentos y su publicidad, entró en vigencia en el 2016, prohibiendo la publicidad dirigida a menores de 14 años sobre aquellos alimentos adicionales que superan los límites de calorías, grasas saturadas, sodio y azúcares, establecidos por el Ministerio de Salud en el DS 13/2015.

Sobre el trabajo de fiscalización en esta materia, la Seremi de Salud, Jéssica Rojas, señaló que existe un programa de fiscalizaciones anual para dar cumplimiento a la Ley de Etiquetado Nutricional de Alimentos, además de una educación tanto a padres como niños, niñas y adolescentes.

Según datos del Departamento de Estadísticas e Información en Salud (DEIS) de 2022, el 22,44% de los niños y niñas menores de 6 años examinados en el sistema público de salud han sido diagnosticados con sobrepeso, mientras que el 14,06% han sido diagnosticados con obesidad.

“ Por lo tanto, es importante destacar que el consumo de chocolates puede alterar significativamente sus hábitos alimenticios y es por ello que se recomienda que tanto la distribución como el consumo de éstos sean moderados, teniendo en cuenta su alto contenido de azúcares, grasas saturadas y calo-

rias”, indicó la autoridad de salud.

En ese sentido, la recomendación es que un niño de 4 a 5 años debiera comer en un día, como máximo, ocho huevitos de chocolate pequeños y sin relleno, mientras que un niño de 2 a 3 años no debería comer más de cuatro. Asimismo, la ingesta de azúcar no debe superar el 10% del consumo total diario de calorías en niños, según lo indicado por la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Finalmente, desde la entidad hicieron un llamado a la comunidad a comprar siempre estos productos en lugares autorizados, fijarse en la fecha de vencimiento de los productos y en el correcto etiquetado nutricional.

En caso de detectar algún incumplimiento a la normativa sanitaria, las personas pueden ingresar a [oais.minsal.cl](http://oais.minsal.cl) para dar cuenta de ello o bien acercarse a las oficinas de la SEREMI de Salud, que se encuentran ubicadas en Chacabuco N°681 (Copiapó), Prat N°1699 (Vallenar) y Buin N°462 (Chañaral).

