

Desde el primer momento en que ingresaron al centro espacial supe que estaban viviendo algo irrepetible. Lo vi en sus caras: ojos abiertos de asombro, sonrisas espontáneas y silencios atentos frente a lo desconocido. Fui testigo de su entusiasmo al descubrir que el espacio, la ciencia y la exploración eran alcanzables y cercanos.

Experiencias como esta dejan huellas que permanecen. Fortalecen la autoestima, despiertan la curiosidad y construyen confianza. A veces basta un momento para que una niña o un niño comience a verse a sí mismo de otra manera. Este viaje fue un reconocimiento a su compromiso con asistir al jardín infantil y a la escuela, pero también una señal para el país: cuando valoramos la educación desde los primeros años, los resultados son transformadores.

Chile tiene el desafío y la oportunidad de comprometerse decididamente con la educación parvularia, no como una etapa de transición, sino como una base fundamental del desarrollo humano.

*Maria de la Luz González
Directora ejecutiva Fundación
Educacional Oportunidad*

Alimentación saludable

● Chile vive una realidad sanitaria ineludible: la malnutrición por exceso (sobre peso y obesidad) afecta a más de la mitad de la población infanto juvenil, con impactos en diabetes, hipertensión, cáncer y calidad de vida. Es un problema estructural, no sólo individual, y exige po-

líticas públicas con efectividad, impacto y sostenibilidad.

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 Mercurio de Valparaíso 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 cartasdelescriptores@mercuriovalpo.cl.