

Fecha: 28-01-2026
Medio: Diario Concepción
Supl.: Diario Concepción
Tipo: Noticia general
Título: Salud mental a la carta: el debate sobre las calorías en el menú

Pág.: 2
Cm2: 210,8

Tiraje: 8.100
Lectoría: 24.300
Favorabilidad: ☐ No Definida

alece el sistema promoviendo la alimentación más consciente con los alimentos". Recierca que se tiene salud mental; sin emirar solo un poco a advertir que esta de forma errónea. s realizan elecciones hipocalóricas tienen mental? Basta pensar tos alimentarios res- o la anorexia nervio- a es claramente NO. ental aparece aquí emento accesorio, o, que embellece el

simple en la que, a más calorías, menos salud. Esta es, sin lugar a dudas, una visión extremadamente reduccionista de la nutrición humana.

El proyecto de ley también señala que Chile "no debiera quedar al margen" de experiencias internacionales como la normativa estadounidense que obliga a informar calorías en los menús. Miremos entonces qué dice la evidencia al respecto: un estudio reciente, publicado en 2025, a partir del análisis de más de 10 mil restaurantes en Estados Unidos, concluyó que los cambios en las calorías compradas fueron insignificantes. Por

Universidad Católica de Temuco

El proyecto de ley también señala que Chile "no debiera quedar al margen" de experiencias internacionales como la normativa estadounidense que obliga a informar calorías en los menús.

otro lado, la evidencia disponible muestra que esta política no solo ofrece beneficios poblacionales mínimos, sino que además puede tener efectos adversos relevantes en salud mental, particularmente en personas con trastornos de la conducta alimentaria y en aquellas con una relación vulnerable o rígida con la comida.

Se trata, entonces, de una política que se proyecta como poco efectiva y con un riesgo no menor de generar daño en un grupo particularmente vulnerable de la población.

Gerente y Representante Legal: Carolina Rosales Durán
Dirección: Cochrane 1102, Concepción
Teléfonos: (41) 23 96 800

Correo: contacto@diarioconcepcion.cl
Web: www.diarioconcepcion.cl
X: DiarioConce