

Fecha: 24-01-2026  
Medio: El Pingüino  
Supl.: El Pingüino  
Tipo: Cartas

Pág.: 8  
Cm2: 72,1

Tiraje: 5.200  
Lectoría: 15.600  
Favorabilidad: ☐ No Definida

**Título: Cartas: Señor Director: Chile vive una realidad sanitaria ineludible: la malnutrición por exceso (sobrepeso 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 solo individual, y requiere**

**Señor Director:**

Chile vive una realidad sanitaria ineludible: la malnutrición por exceso (sobrepeso 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 solo individual, y exige políticas 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 con-

sistente: 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 (par-

tiendo por cadenas), porciones estandarizadas, rangos calóricos cuando corresponda y fiscalización sanitaria. Pequeños cambios repetidos, sostenidos en el tiempo, pueden mover la aguja poblacional.

**Lidia Paz Castillo,  
Académica Escuela de  
Tecnología Médica UDP**