

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

Pág. : 2
Cm2: 193,6
VPE: \$ 232.697

Tiraje: 8.100
Lectoría: 24.300
Favorabilidad: ☐ No Definida

ción más consciencia en los alimentos”.
deciera que se tiene
ud mental; sin em-
irar solo un poco
advertir que esta
de forma errónea.
realizan elecciones
pocalóricas tienen
ntal? Basta pensar
s alimentarios res-
la anorexia nervio-
es claramente NO.
ntal aparece aquí
mento accesorio,
, que embellece el

lugar a dudas, una visión extre-
madamente reduccionista de la
nutrición humana.

El proyecto de ley también seña-
la que Chile “no debiera quedar al
margen” de experiencias interna-
cionales como la normativa esta-
dounidense que obliga a informar
calorías en los menús. Miremos
entonces qué dice la evidencia al
respecto: un estudio reciente, pu-
blicado en 2025, a partir del aná-
lisis de más de 10 mil restaurantes
en Estados Unidos, concluyó que
los cambios en las calorías com-
pradas fueron insignificantes. Por

*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 aque-
llas con una relación vulnerable o
rígida con la comida.

Se trata, entonces, de una po-
lítica que se proyecta como poco
efectiva y con un riesgo no menor
de generar daño en un grupo par-
ticularmente vulnerable de la po-
blación.

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