

Fecha: 09-02-2026
Medio: El Diario de Atacama
Supl.: El Diario de Atacama
Tipo: Cartas
Título: CARTAS: Alimentación saludable

Pág.: 7
Cm2: 99,9

Tiraje: 2.200
Lectoría: 6.600
Favorabilidad: No Definida

taban viviendo sus caras: ojos risas espontáneas frente a los desintereses entusiasmo a la ciencia y las bles y cercanía.

Experiencias que permiten la estima, de construyen en el momento para comience a vivir una nueva. Este viaje su compromiso familiar y a la escuela para el desarrollo de resultados sólidos.

Chile tiene de comprometer la educación en etapa de transformación fundamental.

Dirección
1

Alimentación saludable

• Chile vive un problema insalvable: la malnutrición, peso y obesidad de la población. Los impactos en la salud son evidentes y cada vez más estructural, no solo en las políticas públicas, sino en la 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 las 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 Diario de Atacama invita a sus lectores a escribir sus cartas a esta sección. Los textos deben tener una extensión máxima de 1.000 caracteres y ser 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

director@diarioatacama.cl.

o a la dirección

Atacama 725-A, Copiapó.