

Fecha: 18-01-2026
 Medio: El Mercurio
 Supl.: El Mercurio - Cuerpo A
 Tipo: Noticia general
 Título: Chef y divulgador científico: “El amor influye en cómo se percibe el sabor de los alimentos”

Pág.: 19
 Cm2: 589,4
 VPE: \$ 7.742.661

Tiraje: 126.654
 Lectoría: 320.543
 Favorabilidad: ☐ No Definida

Heinz Wuth, quien tiene 2 millones de seguidores en el perfil @soyenciaycocina, estuvo en Congreso Futuro

Chef y divulgador científico: “El amor influye en cómo se percibe el sabor de los alimentos”

Ante un auditorio repleto, explicó cómo el cariño activa hormonas en el cerebro que alteran las percepciones al comer. “Por eso muchos dicen que la mejor comida es la de la mamá o la abuela”.

JANINA MARCANO

Ante una sala repleta que excedió su capacidad —con personas sentadas incluso en las escaleras— arrancó ayer una de las charlas más comentadas de la jornada de cierre de Congreso Futuro 2026.

Fue la de Heinz Wuth, gastrónomo e integrante de la Academia Culinaria Francesa, quien es conocido por su cuenta de Instagram @soyenciaycocina, con más de dos millones de seguidores, donde explica en lenguaje simple los fundamentos científicos que hay detrás de lo que comemos.

Ayer, Wuth abordó el tema del amor en la cocina y cómo influye en la forma en que percibimos los alimentos. “¿Es el amor un ingrediente de la cocina?”, preguntó al público.

La charla combinó biología, química y neurociencia para explicar por qué comer no es solo una necesidad fisiológica, sino también una experiencia humana. Durante su presentación, dijo que cocinar fue un hito evolutivo clave: permitió hacer los alimentos más seguros, más digestibles y más sabrosos, pero también abrió la puerta al placer. “Comemos para nutrarnos, pero también comemos por placer”, señaló Wuth.

El expositor detalló que el sabor no ocurre únicamente en la lengua, sino que es una construcción del cerebro, donde el



Se estima que la presentación de Wuth fue una de las que recibió más público durante Congreso Futuro 2026. La asistencia superó la capacidad del Aula Magna del Ceina.

aroma cumple un rol central. “Entre el 70% y el 80% de lo que percibimos como sabor viene de su aroma”, afirmó.

A eso se suman procesos neuroquímicos ligados a las emociones: sentimientos como el cariño o la felicidad activan hormonas como la oxitocina, la dopamina y la serotonina, lo que puede intensificar la percepción del sabor. “Los estudios de neurociencia muestran que un sabor pue-

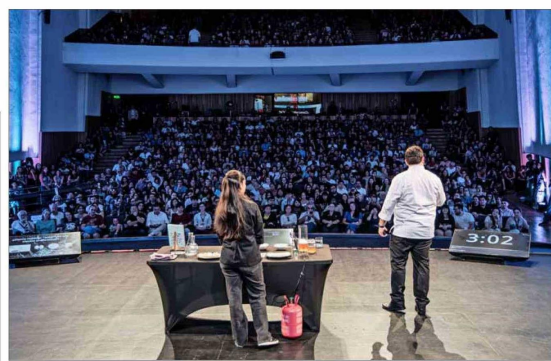
de aumentar hasta un 20% de intensidad cuando hay una emoción involucrada”.

Así, Wuth introdujo el concepto de cocina afectiva: aquella que se asocia a los recuerdos, al cuidado y al vínculo emocional.

Y planteó que cuando una persona sabe que la comida fue preparada por alguien cercano, el cerebro se predispone emocionalmente y es cuando se liberan hormonas como la dopami-

na, lo que hace que el alimento se perciba como más sabroso. “No es que la comida tenga amor como un ingrediente, es que nuestro cerebro la percibe distinto”. Y agregó: “Por eso muchos dicen que la mejor comida es la de la mamá o la abuela”.

Al mismo tiempo, emociones como el amor influyen en la persona que cocina. “Cuando cocinamos para alguien que queremos, nuestro cerebro también cambia



Wuth instaló una mesa con ingredientes en el escenario de Congreso Futuro en donde realizó un experimento y una receta de cocina junto a su sous chef Antonia González.

(...). El tacto se vuelve más sensible y sazonomos con más conciencia, nos preocupamos más del punto exacto, del equilibrio”, dijo.

En entrevista con “El Mercurio” tras su presentación, Wuth comentó que debido a estos procesos, “para la ciencia, el amor es una emoción que influye en el sabor de los alimentos”. A su juicio, este tipo de conocimiento puede “actuar como puente para acercar la ciencia a personas”.

Uno de los momentos que marcaron su charla ocurrió cuando mostró al público un pie de limón para explicar un experimento culinario.

Desde la audiencia, un niño lo interrumpió: “¿Ese lo hiciste en tus videos?”, le gritó, provocando risas. El mismo niño volvió a interactuar con él en múltiples oportunidades.

“Me vi reflejado en ese niño porque yo era como él, muy curioso, preguntaba todo, interactuaba con todos; y fue esa curiosidad la que me llevó al camino de la ciencia, a tener este conocimiento y sobre todo a querer divulgarlo”, comentó Wuth.

“Es bueno que los niños sientan ese interés, porque esto es ciencia educativa y también ciencia entretenida, en mi caso, entregándoles conocimiento a través de la cocina”, añadió.

Rocío Martínez (24) cuenta que asistió a la jornada de ayer para ver específicamente la presentación de Wuth. “Sus videos me ayudan a entender, a razonar y a ser más consciente de lo que como y de lo que cocino. Aunque cocino poco, trato de pensar en lo que estoy haciendo a partir de lo que él explica”, comenta la joven.