

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

Tiraje: 8.100
Lectoría: 24.300
Favorabilidad: No Definida

ción más consciente en los alimentos".
eciera que se tiene ud mental; sin em-
ir solo un poco advertir que esta de forma errónea. realizan elecciones pocalóricas tienen ntal? Basta pensar s alimentarios res-
la anorexia nerviosa claramente NO. ntal aparece aquí mento acceso, , 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 aquellas 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 particularmente 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