

Fecha: 28-01-2026
Medio: Diario Concepción
Supl. : Diario Concepción
Tipo: Columnas de Opinión

Pág. : 2
Cm2: 193,6

Tiraje: 8.100
Lectoría: 24.300
Favorabilidad: ☐ No Definida

Título: **Columnas de Opinión: Salud mental a la carta: el debate sobre las calorías en el menú**

ción más consciencia en los alimentos”.
deciera que se tiene salud mental; sin embargo, solo un poco advertir que esta de forma errónea. Las elecciones pocalóricas tienen mental? Basta pensar en los alimentos res- la anorexia nerviosa es claramente NO. mental aparece aquí como un accesorio, que embellece el

lugar a dudas, una visión extremadamente reduccionista de la nutrición humana.

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. Miremos entonces qué dice la evidencia al respecto: un estudio reciente, publicado en 2025, a partir del análisis de más de 10 mil restaurantes en Estados Unidos, concluyó que los cambios en las calorías compradas 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 política que se proyecta como poco efectiva y con un riesgo no menor de generar daño en un grupo particularmente vulnerable de la población.

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