


CARTAS
Compras de Fiestas Patrias

Señora Directora:

Se acercan las Fiestas Patrias y en muchos hogares están pensando en las compras para esos días de celebración. Lo primero es planificarlas, ya que eso permite tener una lista de los productos que se van a adquirir y, de esa forma, se evita la compra excesiva de alimentos. Se recomienda siempre preferir aquellos frescos y de buena calidad, esto lo puede confirmar, por ejemplo, revisando la fecha de caducidad, o detectando características como envases rotos, dañados, sucios y/o con mal olor.

Algunas recomendaciones:

-Lo primero es adquirir alimentos en lugares autorizados, NO en el comercio ambulante o informal.

-Manipular de forma correcta, aplicando correctos procesos de limpieza tanto a las superficies que estarán en contacto con los alimentos, como a los productos, además de un correcto lavado de manos.

-Si se detecta olor o apariencia extraña de algún alimento, se debe evitar su consumo.

-No consumir alimentos crudos o mal cocidos como carnes o mayo-

neas elaboradas con huevo crudo.

-Almacenar alimentos sobrantes o preparados en envases cerrados y en el refrigerador.

-Recordar que el exceso de comida también puede generar un desequilibrio a nivel intestinal, por lo tanto, se debe comer de forma moderada.

-En cuanto a las bebidas, la recomendación es mantenerse hidratado consumiendo agua o bebidas sin azúcar.

Bautista Espinoza-USS

Baja natalidad y desarrollo del país

Señora Directora:

La baja natalidad en Chile es un fenómeno multifactorial. Entre las causas se encuentra el progresivo retraso en la edad de maternidad, impulsado por la creciente participación de las mujeres en el mercado laboral y su búsqueda de mayores niveles de educación. Este cambio de prioridades ha desplazado el proyecto familiar a etapas más tardías de la vida, lo que disminuye las posibilidades de tener hijos.

Otro factor relevante es el costo asociado a la crianza de los hijos. Las familias chilenas perciben que

tener hijos representa una carga financiera significativa en temas como vivienda, educación y salud.

Además, hoy muchas parejas jóvenes priorizan el desarrollo personal, el ocio y el disfrute de experiencias por sobre el compromiso de formar una familia numerosa.

Las políticas públicas dirigidas a fomentar la natalidad, aunque presentes, no han sido tan robustas como para contrarrestar estas dinámicas. Si bien existen incentivos económicos para familias con más hijos, aún no parecen ser suficientes.

Deberán analizarse incentivos para adquirir viviendas, para ahorro para los futuros estudios técnicos o profesionales, salud, previsión y especialmente la incorporación plena de salas cuna, jardines infantiles y el incremento de la participación masculina en la crianza de los hijos.

Este fenómeno plantea desafíos importantes para el futuro del país, especialmente en relación con el envejecimiento de la población y la sostenibilidad del sistema de pensiones.

Dr. Luis Castillo

Dr. Luis Jaime Gaete

Universidad Autónoma de Chile