

Fecha: 12-07-2024

Fuente: Canal 13 - Teletrece

Título: **Lo barato cuesta caro | ¡Atención!: Comidas instantáneas doblan el sodio permitido**

Visitas: 323.441

VPE: 1.083.527

Favorabilidad: No DefinidaLink: <https://www.t13.cl/noticia/nacional/lo-barato-cuesta-caro-atencion-comidas-instantaneas-doblan-sodio-permitido-12-7-2024>

¿Qué son y qué contienen? Estas respuestas no siempre son claras para los consumidores. <p> Es una tendencia alimenticia que se da, sobre todo, entre los más jóvenes: las comidas instantáneas ganan popularidad, sobre todo las coreanas, por su sencillez para preparar y su elogiado sabor.

Sin embargo, no todo es color de rosa con estas comidas. <p> ¿Qué son y qué contienen? Estas respuestas no siempre son claras para los consumidores. <p> Lee También <p> Afortunado ganó más de 7 millones: Resultados del Loto sorteo 5137 del jueves 11 de julio <p> La profesional de la Facultad Tecnológica de la **USACH**, Marcela Zamorano, indicó que "primero, el etiquetado. El cumplimiento es muy bajo. Hay un riesgo claro en comer un alimento que no está autorizado en nuestro país <p> Estos productos se han convertido en una gran opción para el bolsillo de los consumidores.

Pero al ponerlos a prueba, dejan muchas dudas. <p> Al recorrer el comercio, se encuentran de todo tipo: por menos de dos mil pesos y con diversidad de sabores. <p> La primera irregularidad: el etiquetado está en español en algunos lugares, pero en otro está totalmente en otro idioma. <p> La directora de Nutrición y Dietética de la Universidad del Desarrollo, Rinat Ratner, explicó la importancia de conocer la cantidad de sodio y grasa en los etiquetados, ya que "pueden contribuir a elevar los niveles de presión arterial. Y ya en nuestra sociedad tenemos un altísimo consumo de sal.

Llegamos a 10 gramos por persona al día, cuando la recomendación es no más de 6 gramos <p> Tras analizar seis de los productos de estas comidas instantáneas (caramelos, sopas, estofados, fideos, etc), los resultados son claros: para partir, dos de los productos aparecen vencidos <p> Sólo dos de los seis productos analizados cuentan parcialmente con la reglamentación vigente, el resto no tiene etiqueta en español y ninguno tiene resolución sanitaria que haya autorizado su comercialización. <p> "Alto aporte energético, aportan al rededor de 500 calorías por porción, lo que significa al rededor del 30% de calorías que consumimos diariamente. Por ejemplo, de sodio, en el pan es de 400 miligramos. Aquí estamos hablando de 1900 miligramos", reveló Zamorano. <p> Por donde se mire, el consumo frecuente de estos productos podría causar daño grave en el organismo. Como ya lo hemos dicho varias veces, a veces, lo barato puede costar caro. <p> Señal T13 En Vivo <p> Comentarios </p>

Lo barato cuesta caro | ¡Atención!: Comidas instantáneas doblan el sodio permitido

viernes, 12 de julio de 2024, Fuente: Canal 13 - Teletrece



¿Qué son y qué contienen? Estas respuestas no siempre son claras para los consumidores. Es una tendencia alimenticia que se da, sobre todo, entre los más jóvenes: las comidas instantáneas ganan popularidad, sobre todo las coreanas, por su sencillez para preparar y su elogiado sabor. Sin embargo, no todo es color de rosa con estas comidas. ¿Qué son y qué contienen? Estas respuestas no siempre son claras para los consumidores. Lee También

Afortunado ganó más de 7 millones: Resultados del Loto sorteo 5137 del jueves 11 de julio La profesional de la Facultad Tecnológica de la USACH, Marcela Zamorano, indicó que "primero, el etiquetado. El cumplimiento es muy bajo. Hay un riesgo claro en comer un alimento que no está autorizado en nuestro país. Estos productos se han convertido en una gran opción para el bolsillo de los consumidores. Pero al ponerlos a prueba, dejan muchas dudas.

Al recorrer el comercio, se encuentran de todo tipo: por menos de dos mil pesos y con diversidad de sabores. La primera irregularidad: el etiquetado está en español en algunos lugares, pero en otro está totalmente en otro idioma. La directora de Nutrición y Dietética de la Universidad del Desarrollo, Rinat Ratner, explicó la importancia de conocer la cantidad de sodio y grasa en los etiquetados, ya que "pueden contribuir a elevar los niveles de presión arterial. Y ya en nuestra sociedad tenemos un altísimo consumo de sal. Llegamos a 10 gramos por persona al día, cuando la recomendación es no más de 6 gramos.

Tras analizar seis de los productos de estas comidas instantáneas (caramelos, sopas, estofados, fideos, etc), los resultados son claros: para partir, dos de los productos aparecen vencidos. Sólo dos de los seis productos analizados cuentan parcialmente con la reglamentación vigente, el resto no tiene etiqueta en español y ninguno tiene resolución sanitaria que haya autorizado su comercialización.

Alto aporte energético, aportan al rededor de 500 calorías por porción, lo que significa al rededor del 30% de calorías que consumimos diariamente. Por ejemplo, de sodio, en el pan es de 400 miligramos. Aquí estamos hablando de 1900 miligramos. Por donde se mire, el consumo frecuente de estos productos podría causar daño grave en el organismo. Como ya lo hemos dicho varias veces, a veces, lo barato puede costar caro.

Señal T13 En Vivo
Comentarios