

ENTRE SUS COLABORADORES:

# La industria también se preocupa de promover la alimentación equilibrada internamente

Comer equilibrado significa consumir una variedad de alimentos que proporcionen los nutrientes necesarios para mantener una buena salud.

GRACIELA ALMENDRAS

Atrás están quedando las pautas alimenticias restrictivas que impedían disfrutar de los alimentos. Hoy, la industria impulsa un cambio de mentalidad en la población, cuya base es la alimentación equilibrada, entendida como el consumo de una variedad de alimentos que proporcionen a cada persona los nutrientes necesarios para mantener una buena salud, adaptados a sus características individuales. Un llamado que también se refuerza internamente entre sus colaboradores.

“Comer equilibradamente significa disfrutar de la flexibilidad en la elección de los alimentos, al tiempo en que además se cuida la salud”, explica Claudio Riquelme, jefe de Innovación en Alimentación y Nutrición de Agrosuper.

Agrega que este tipo de alimentación es fundamental para mantener la salud y el bienestar, razón que ha motivado a la compañía a imple-



**EN LA WEB SE PUEDEN ENCONTRAR** herramientas sencillas y prácticas, como minutas semanales, pautas de alimentación, recetas, tips y novedades en el ámbito de la nutrición.

mentar diversas iniciativas que buscan fomentar hábitos saludables en toda la población, incluyendo todos los niveles de su organización.

Internamente, la empresa ha desarrollado ferias para concientizar a sus colaboradores. “A lo largo del

año, nuestro equipo de nutricionistas se despliega en las distintas unidades de Agrosuper para participar en ferias de salud. Se ofrece material educativo y se realizan mediciones voluntarias de composición corporal a nuestros colaboradores”, cuenta

Riquelme.

Afirma que estas instancias no solo son una oportunidad para concientizar, sino que también para involucrar activamente a cada uno en el cuidado de su salud.

Las mediciones y el seguimiento nutricional son otras de las iniciativas. Un ejemplo es el programa de acompañamiento y asesoría nutricional que se lleva a cabo en la Planta Lo Miranda. “Este programa está diseñado para los colaboradores que, de manera voluntaria, desean mejorar sus hábitos alimenticios. A través de un seguimiento mensual, con pautas nutricionales personalizadas, apoyamos a nuestros colaboradores en la adopción de hábitos más equilibrados que contribuyan a su bienestar general”, dice Riquelme.

Otra de las campañas con muy buena acogida entre los trabajadores en la entrega de material informativo. “Contamos con materiales digitales accesibles que promueven la alimentación equilibrada. Entre estos recursos, destaca un libro que reúne consejos y recomendaciones prácticas para mantener una dieta balanceada, el cual está disponible tanto para colaboradores como para la población general, a través de las plataformas de la iniciativa ‘Comer Mejor Está en tus Manos’, como el Instagram y página web (comermejor.agrosuper.cl)”, menciona.

AGROSUPER