

NUTRICIÓN:

Agrosuper apuesta por la alimentación equilibrada con campaña "Comer mejor está en tus manos"

Si uno escucha "alimentación equilibrada", probablemente piense en que implica una dieta restrictiva. Sin embargo, es aquella que aporta todos los nutrientes y energía para mantenerse sanos, de acuerdo a las características de cada persona.

La compañía de alimentos Agrosuper está apostando por este estilo de alimentación. Hace poco más de un año lanzó la campaña Comer mejor está en tus manos, a través de la cual promueve el consumo variado de alimentos y da cuenta de que se puede comer equilibradamente sin restricciones.

"La alimentación equilibrada permite elegir los alimentos con flexibilidad y disfrutarlos en diferentes ocasiones de consumo", precisa Isidora Pierattini, nutricionista de Agrosuper. En esa línea, sostiene que las manos juegan un papel desconocido, pero crucial. "Con ellas podemos medir las porciones de nuestras comidas, para poder incluir todos los nutrientes y grupos de alimentos que el cuerpo necesita, en las cantidades adecuadas", dice, aludiendo al método que dio origen al nombre de la campaña.

La empresa cuenta con plataformas digitales, como la página web comermejor.agrosuper.cl y la cuenta de instagram

La compañía de alimentos cuenta con diversas iniciativas para promover el consumo variado de comida entre toda la población y sin restricciones.



FOTOS: AGROSUPER

@agrosupercomermejor, donde busca conectar con toda la población, compartiendo material informativo y didáctico para implementar este tipo de alimentación.

Además, la campaña promueve la alimentación

equilibrada en las comunidades donde cuenta con operaciones. Por ejemplo, a nivel escolar y a través de su programa "Super Sano", entrega conocimientos y herramientas para que alumnos de primero a quinto básico, de más de 90 escuelas, aprendan a

aplicarla. Asimismo, realiza intervenciones y talleres de nutrición en el Colegio Los Cipreses, de la Fundación Agrosuper.

A nivel de adultos, la compañía cuenta con diversas alianzas. Una de las principales



A través de diversas iniciativas, Agrosuper fomenta la alimentación saludable.

es con la Asociación Nacional de Adultos Mayores (ANAM), a la cual apoyan en congresos y otras actividades. Igualmente, este mes, Agrosuper lanzó un libro con recomendaciones para personas mayores y fue parte de la Caminata UC 60+.

ASESORÍAS PERSONALIZADAS

Para Agrosuper no solo es importante promover una alimentación equilibrada en toda la población, sino que también fomentarla entre sus colaboradores internos. Por ello, la empresa cuenta con un programa de acompañamiento nutricional, que incluye asesorías personalizadas; así como material y herramientas para acercar los beneficios de la alimentación y vida equilibrada a quienes son parte de la compañía.

"Con estas acciones, reafirmamos nuestro compromiso con la salud y el bienestar de toda la población", concluye Pierattini.

Todo este trabajo de promoción de la alimentación equilibrada es complementado con importantes aportes a la investigación. A nivel internacional, Agrosuper participa en el consejo de nutrición de la Universidad de Tufts, en Boston, el cual tiene como objetivo investigar y abordar políticas públicas que tengan un impacto real en el mundo.

A nivel nacional, en tanto, recientemente, la empresa firmó un acuerdo de colaboración con la Sociedad Chilena de Nutrición (Sochnut), para impulsar el desarrollo de proyectos de investigación en etapas tempranas.