

LA DESINFORMACIÓN

SOBRE LAS DIETAS Y PRODUCTOS MILAGRO EN COMITÁN CHIAPAS 2025.

Presentado por:

Diana Isabel García Guillén.
Miriam Alejandra García Alfonzo.
Karol Figueroa Morales.

¿POR QUÉ HABLAR SOBRE ESTE TEMA?

- Es urgente **desenmascarar los riesgos reales y recuperar el valor de la nutrición informada** e individualizada.

- En los últimos años, **ha aumentado el uso de productos milagro y dietas extremas** en Comitán, promovidos en redes sociales, sin respaldo científico.

- Estas prácticas prometen resultados rápidos, pero **provocan daños físicos, hormonales, emocionales y metabólicos** a la población que los consume.

- Como futuras nutriólogas, tenemos la preocupación que estas soluciones aparentes **reemplazan la atención profesional y fomentan la cultura del cuerpo sano y perfecto a cualquier costo.**

EL PROBLEMA: SOLUCIONES RÁPIDAS, CONSECUENCIAS GRAVES

- Muchas personas recurren a dietas extremas y productos milagro con la **esperanza de perder peso de forma rápida y sin esfuerzo**.
- El consumo de estos productos aumenta debido a la **desinformación, redes sociales y estándares de belleza poco realistas**.
- La **falta de educación nutricional y la escasa supervisión profesional** empeoran la situación, exponiendo a la población a **deficiencias, trastornos metabólicos y psicológicos**.



OBJETIVOS

Determinar **qué tan común son las dietas extremas y el consumo de productos milagro** en los habitantes de Comitán de Domínguez, Chiapas.

Identificar **cuál es el género y rango de edad en el que predomina el consumo** de productos milagro y dietas extremas.

Identificar **cuál es la dieta y cuál es el producto más consumido** en los habitantes de Comitán de Domínguez, Chiapas.

Impulsar las **consultas con un profesional** de salud en nutrición

Informar a la **población de efectos secundarios** que puede ocasionar el consumo de productos milagro y las dietas extremas.

JUSTIFICACIÓN

- El auge de productos milagro y dietas extremas **representa un problema de salud pública en Comitán.**
- Estas prácticas, carentes de base científica, **afectan tanto la salud física como el bienestar emocional de quienes las adoptan.**
- En muchos casos, **sustituyen la atención nutricional profesional por soluciones peligrosas y sin regulación.**
- Esta investigación busca concientizar, educar y promover hábitos saludables, defendiendo el rol del nutriólogo como guía confiable en el cuidado del cuerpo.

ESCENARIO DE LA INVESTIGACIÓN

- La investigación se realizó en la **Universidad del Sureste (UDS)**, Campus Comitán, un centro educativo clave en la formación de profesionales de la salud.
- Se aplicaron encuestas **a docentes y administrativos de Nutrición y Medicina**, siendo un total de 50 encuestados; quienes, aunque formados en salud, también están expuestos a la desinformación nutricional.

RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

- El uso de productos y dietas extremas predomina en los adultos jóvenes, **con un rango de edad de 20 a 29 años.**
- Las **dietas más utilizadas son las hipocalóricas y el ayuno intermitente.** Mientras que las menos utilizadas son las dietas détox y líquidas.
- Los principales **motivos por el cual la población ha consumido estas dietas, han sido para bajar de peso y por recomendación.**
- El **56% de la población que ha realizado dietas extremas es consciente** de los efectos negativos a largo plazo, mientras en **44% los desconoce.**

RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

- En la **población predomina el consumo de productos quemadores de grasa**, mientras que los menos utilizados son laxantes.
- El motivo principal del consumo de productos milagro ha sido por gusto y para bajar de peso.
- El **54% de la población** que consume alguno de éstos productos no **conoce los efectos negativos** a largo plazo, mientras que el **46% sí lo hace**.

CONCLUSIONES

- La **desinformación** está presente incluso entre **futuros profesionales** de la salud
- Las redes sociales y los estereotipos están marcando la forma en que comemos.
- Las **consecuencias** de estas prácticas **van más allá de lo físico.**
- Es **urgente una educación nutricional** cercana y constante.
- Los productos milagro **representan un riesgo grave y siguen presentes por desesperación, desinformación y falta de alternativas**

ESTRATEGIAS PARA ERRADICAR EL CONSUMO DE PRODUCTOS MILAGRO Y DIETAS EXTREMAS

- **Educación nutricional:** En escuelas, capacitación docente, talleres comunitarios.
- **Campañas de concienciación.**
- **Regulación estricta de la publicidad** de productos milagro en ferias, mercados locales.
- **Formación continua de nutriólogos y profesionales de la salud** en el tema.
- **Promoción activa de consultas nutricionales:** Accesibles y de calidad.
- **Feria anual de salud y nutrición.**

**MUCHAS
GRACIAS**