

## 1. RESUMEN EDITORIAL

Esta edición titulada “Entre ingredientes y decisiones: Una mirada crítica a lo que Comemos y bebemos” de la REDICINAYSA, nos invita a mirar más allá del etiquetado de advertencia y del sabor, para cuestionar los sistemas, prácticas y significados que configuran nuestra alimentación diaria. Desde los riesgos invisibles de los plaguicidas, hasta las oportunidades de innovación sustentable con subproductos como la aquafaba, y el consumo crítico de bebidas funcionales, los artículos aquí reunidos trazan un recorrido por los dilemas y posibilidades que enfrentamos como consumidores y como sociedad.

El primer artículo aborda el impacto de los plaguicidas en la seguridad alimentaria que, si bien han sido ampliamente utilizadas en la agricultura, su uso irracional por su aplicación excesiva o mal regulada ha representado una amenaza para la salud humana y el equilibrio ecológico. La evidencia sobre efectos neurotóxicos y endocrinos en operadores agrícolas y consumidores exige una revisión urgente de las políticas públicas, así como la promoción de modelos agroecológicos que protejan tanto la productividad como la vida. La seguridad alimentaria no puede reducirse a la disponibilidad de alimentos, debe incluirse la evaluación de su calidad sanitaria, su sostenibilidad ambiental y desde la responsabilidad social.

El artículo sobre la aquafaba nos muestra cómo un residuo de cocina puede convertirse en un ingrediente funcional, saludable y versátil. Este líquido, proveniente de la cocción de garbanzos, puede ser una alternativa o sustituto de la clara de huevo, especialmente en dietas veganas o restrictivas. Su capacidad espumante, emulsificante y gelificante permite su uso en una amplia gama de preparaciones, desde merengues hasta aderezos. Más allá de sus propiedades nutricionales, la aquafaba representa una apuesta por el aprovechamiento integral de los alimentos sobre la reducción del desperdicio de alimentos, en sintonía con los principios de la economía circular y la innovación sustentable.

Por otro lado, el artículo sobre bebidas energéticas y deportivas nos recuerda que no todo lo que parece funcional lo es. Aunque comparten espacio en los anaquelos, sus efectos en el organismo son opuestos: mientras las bebidas isotónicas favorecen la rehidratación y el rendimiento físico, las energéticas pueden provocar deshidratación y sobreestimulación, especialmente por su contenido de cafeína. Esta distinción es clave para orientar decisiones informadas, especialmente en jóvenes y deportistas, y para promover una cultura del consumo responsable.

Finalmente se abordan los resultados del taller *¿dónde publicar?* impulsado por la OWS El Capítulo México de “The Organization for women in science for developing world (OWS)”, a través de la Comisión de Aprendizaje llevó a cabo el Taller *¿Dónde publicar?* En su 2<sup>a</sup> edición el 12, 19 y 26 de junio. El propósito de este taller fue brindar algunos criterios y recomendaciones clave para la selección de revistas de calidad, contar con criterios de publicación y sus costos, así como compartir las mejores prácticas, por lo que los requisitos fueron que los y las participantes se encontraran buscando una revista para publicar tu artículo científico.

En conjunto, estos textos nos permiten reflexionar como ciudadanos, profesionales y como consumidores. Nos invitan a pensar lo que comemos y bebemos no solo como una elección individual, sino como una práctica responsable, porque entre ingredientes y decisiones, se juega también el futuro de nuestra salud y de nuestros sistemas alimentarios.

Dra. Rebeca Monroy Torres, Directora Fundadora.