

## 1. RESUMEN EDITORIAL

La edición noviembre-diciembre de REDICINaYSA, Vol. 18, Núm. 6 (2025), reúne una serie de trabajos que dialogan entre sí para ofrecer una mirada amplia, crítica y profundamente humana sobre la alimentación, la actividad física, memoria y las políticas públicas que moldean nuestro entorno alimentario. La toma de decisiones informadas requiere evidencia científica pero accesible para todas las personas, con lecturas que nutran el pensamiento de forma que inviten a la acción. Reflexionar sobre el papel de la información confiable en un contexto saturado de mensajes contradictorios sobre nutrición y salud.

El primer artículo titulado “La fuerza del ‘nosotros’: actividad física y alimentación con perspectiva comunitaria”, profundiza en cómo los entornos familiares, escolares, laborales, pueden convertirse en promotores de bienestar, a partir de experiencias, los autores muestran que la actividad física y la alimentación saludable se sostienen mejor cuando se construyen desde la identidad comunitaria y no solo desde la responsabilidad individual. El texto destaca estrategias participativas que fortalecen las redes de apoyo y generan cambios sostenibles.

En “¿Cómo la alimentación saludable sostiene la atención, la memoria y las primeras lecturas?”, se explora la relación entre nutrición y desarrollo cognitivo temprano. El artículo integra evidencia sobre micronutrientes clave, patrones alimentarios y su impacto en procesos como la atención sostenida, la memoria de trabajo y la adquisición de habilidades lectoras. La reflexión es promover una buena alimentación es también una forma de garantizar trayectorias educativas sostenibles.

El análisis crítico continúa con “Productos ‘light’ y pérdida de peso en México: ¿solución real?”, donde se examina la brecha entre la percepción de estos productos y la evidencia científica disponible. El autor revisa su composición, su impacto real en el control de peso y los riesgos de marketing que pueden inducir a decisiones poco informadas. El artículo invita a cuestionar la idea de que lo “light” es automáticamente saludable y propone criterios más robustos para evaluar su utilidad.

El cuarto artículo, “Impacto del sistema de etiquetado frontal de advertencia nutricional (EFAN) en el consumo de alimentos procesados y ultraprocesados en estudiantes de secundaria”, presenta un análisis detallado sobre cómo el etiquetado influye en las elecciones alimentarias de adolescentes. A partir de datos escolares y patrones de consumo, se muestra que el EFAN puede modificar conductas, pero también revela desafíos persistentes: disponibilidad de productos, hábitos familiares y estrategias de mercadotecnia que siguen moldeando las decisiones de los jóvenes.

Finalmente, nuestra tradicional sección de “Noticias” ofrece un panorama actualizado de iniciativas, normativas y avances relevantes en nutrición, salud pública y educación alimentaria, realizadas en este bimestre, cerrando la edición con una mirada hacia el contexto nacional y las transformaciones en curso, como fue el caso de las caravanas promovidas por el gobierno municipal de Guanajuato y una empresa refresquera, lo cual invita a que se debe seguir trabajando desde la ciudadanía en la vigilancia y cumplimiento de las políticas en salud y alimentación que son necesarias y urgentes ante el panorama de salud que se enfrenta en México y Guanajuato.

Cerramos este año, agradeciendo a nuestros lectoras y lectoras, a los autores, revisores, y a todo el equipo editorial. Nuestros mejores deseos en este cierre del 2025 y lo mejor para el 2026.

**DRA. REBECA MONROY TORRES, NC**  
**FUNDADORA Y DIRECTORA EDITORIAL**