

Fecha	Fuente	Pag.	Art.	Titulo
30/04/2011	EL MERCURIO - (STGO-CHILE)	16	6	LAS EMERGENTES OPCIONES DE COMIDA SALUDABLE ENTRE LOS UNIVERSITARIOS PARTE 01

Estudiantes evitan la "comida chatarra", que predomina en las cercanías de los planteles:

# Las emergentes opciones de comida saludable entre los universitarios

El Gohan, un derivado del sushi que se "chilenizó", cobra fuerza entre los estudiantes del barrio alto.



El Gohan se abre paso como opción "saludable" entre la comida rápida.

Fecha	Fuente	Pag.	Art.	Título
30/04/2011	EL MERCURIO - (STGO-CHILE)	16	7	LAS EMERGENTES OPCIONES DE COMIDA SALUDABLE ENTRE LOS UNIVERSITARIOS PARTE 02

#### RENÉ OLIVARES

El acceso a comida saludable entre los universitarios es escasa, pero viene tomando fuerza en un grupo de estudiantes la opción de una merienda más saludable, conocida como Gohan, en referencia al arroz blanco, típico de la comida japonesa.

Así ocurre entre los alumnos de las universidades cercanas al sector del Cantagallo, en Las Condes.

Allí, varios restaurantes ofrecen este plato, un derivado del sushi que se "chilenizó" para el paladar nacional, que contiene distintas mezclas de mariscos, carnes, aderezos y verduras. Todo, con bebida in-

cluida, por precios que parten en los \$2.000, un costo competitivo respecto de la comida chatarra. Incluso, por alrede-

dor de \$4.000 hay una versión de Gohan que tiene casi un kilo de arroz.

Decenas de alumnos de las

universidades Andrés Bello, del Pacífico, del Desarrollo y Los Andes llegan todos los días al sector: "Venimos siempre, porque es más saludable que comer comida rápida", cuenta Rebeca Garat, estudiante de kinesiología de la U. del Desarrollo.

En contraste, en el barrio República no hay locales de comida tradicional o de productos bajos en grasas. Tampoco en el sector de Ejército y Vergara, calles donde abundan los centros educativos.

Sí hay locales de comida rápida. "Es lo que llena y es más barato", se justifican los estudiantes del sector, que hacen fila para comprar completos, empanadas o sopaipillas.

En esos lugares, si uno quiere comer comida no hipercalórica, la única opción es dentro de las mismas universidades.

En otros sectores, como Pedro de Valdivia, también se venden rollos de sushi dentro de los planteles, como una opción a las comidas rápidas y de casinos tradicionales, con alta aceptación de parte de los alumnos.

Otra alternativa son las hamburguesas de soya que venden de forma ambulante algunas personas en las sedes de educación superior. Cristián Romero, quien profesa la religión Hare Krishna, recorre distintas universidades. "Vendo entre 30 y 50 diarias" a \$800 cada una, cuenta mientras se instala afuera de la universidad Autónoma, Como él, varios aprovechan el nicho de la comida saludable antes que la comida rápida, altamente cuestionada por el proyecto conocido como "Ley Súper 8".